

اسٹیشنر ہار تصانیف جناب میر تقی میر کی تصانیف

کلام میر جلد اول بحسب سجاں بیگ اور عشق و معرک کے دلولہ ایگر تمنا میں سیر اور
 جزایک دل کی دلکش تصانیف میر مناجخ خیر اخلاقی نظمیں وغیرہ اپنا اپنا جدا جدا لفظاً
 رکھی ہیں۔ کاغذ لکھائی چھپائی فشر اول حجم ۱۳۲ صفحے قیمت سیلہ ۴۰ سہری محلہ ۴۰۔

کلام میر جلد ثانی - بصفت بالا ۲۴۲ صفحے سی کاغذ جلد ۸ سہری محلہ دیر چکنے کاغذ
 جسٹس اصناف اور میر سنی شیدہ سرن لال جی کی تصانیف میں قیمت ایک روپیہ ۴۰

ربا عجیبات نہر - ایک ہزار اعتبار کا مجموعہ حسن اخلاقی اور گناہ دھماں کے کئے
 بنایت پر اثر میرائے میں دئے گئے ہیں - حجم ۱۶۰ صفحے - قیمت آٹھ آنہ ۴۰

قصائد میر - ہر مضمون میر صنف کے قصائد و قطعات کا مجموعہ حجم ۱۴۰ صفحے قیمت ۸۔

عزلیات میر - گیاں - دھماں اور عشق و عرفاں کی میر معریتہ خیر عر لونا مجموعہ ۸۔

گلہ ستنہ نظم جلد اول - چھوٹے بچوں اور پڑائی حواقت کے طلباء کے واسطے مناسب اسان گنا

بحسب نظمیں و فیکٹ ایک کمیٹی نیجا لے بسے العام طلباء و کت خانہ جات مدرسہ منظور

فرمانی ہیں اور کسی کو سو جلدیں خرید کر درس میں بھیجی ہیں - حجم ۱۳۲ صفحے قیمت ۸۔

گلہ ستنہ نظم جلد ثانی - بصفت بالا - ارباب مذاق و طلاسے مڈل و ہائی سکول کے

واسطے دیحسب اخلاقی نظمیں - حجم ۱۶۰ صفحے - قیمت ۸۔

چھترہ مالان - یرمیوں - بھگنوں اور گیارو کے ریسے ہندی بھی مع اردو ترجمہ حجم ۸۴۸ صف

نظمہ رحمانی - شرم بھگت گیتا کاشلوک اور بصاغات میں ترجمہ حوایی حوئی کے باعث

مقبول عام ہوا ہے قیمت آٹھ آنہ ۴۰

میر بچنا ولی جلد اول - ایشور بھگتی اور سرائے کے ریسے بھی ہر وقت کے راکر اگینوں میں

حجم ۲۵۶ صفحے قیمت بے جلد میر محلہ ۴۰۔
 رام نرائن ماکھڑا صاحب پریس شیخوپورہ دہلی

یعنی ساتھ ایستھا میں رہیگی۔ مگر جو نگہ گایان سروپ پُرش اس کی طرف توجہ نہ دیکھا۔ بلکہ اپنی ذات یعنی سروپ انویجی کی طرف متوجہ ہوگا۔ اس واسطے وہ نظر نہیں آئیگی۔

یہی پُرش کے پہلوئے نظر سے کیونکہ ہے یعنی گایان سکتی کا اپنی مائیت ذاتی یا سروپ میں قائم ہو جانا۔ یہ نہ فنا ہے نہ چھوٹی چیز کا بڑی چیز میں مل کر یا اصل پا کر اپنی رستی کھو بیٹھنا ہے۔ نہ بے حس پتھر میں جانا ہے۔ بلکہ پرکرتی اور اس کے کاروں سے جس وقت پُرش کو کچھ تعلق نہیں رہا۔ اور وہ اپنے سروپ میں قائم ہو گیا تو اسی کو کیونکہ کا نام دیا جاتا ہے۔ اسی سروپ کو وید منی مینی کہہ کر یکارا ہے۔ ویدانت سچرا نتد کہتا ہے۔ بھگت سائیجیہ مکتی کہتے ہیں۔ اور سانکھدہ اور یوگ کیونکہ ماننے۔ اسے ناظرین کتاب یہی سروپ تمہارا ہے۔ گایان چھوڑو اور اپنے سروپ میں سمیٹت ہو جاؤ

— — — — —
اوم شانیتہ۔ شانیتہ۔ شانیتہ
— — — — —

کتاب اشٹانگ یوگ ختم ہوئی

حجاب اور کٹافٹ بھی دوسرے ہونگے اور چونکہ گیان ۱۱ انتہا و بے حد ہوتا ہے اس لیے معلوم و منظور بہت ہی تخفیف محسوس ہوا ہے۔ حجاب کا باعث کلیش میں اور کٹافٹ کا باعث کرم۔ یہ دونوں نہ رہے تو گویا برج اور نرم دونوں دب گئے اور جتنا شدید و نور و ب رہ گیا۔ اس حالت میں ظاہر ہے کہ لا انتہا گیان کا سورج طلوع ہوگا اور مٹولی حالت اس آدمی جس کو گیان سمجھ رہا ہے۔ وہ ایک نقطہ خفیت سارہ جائیگا۔

اب چونکہ کرکئی کے گنوں کا کام ہو چکا اس واسطے سر بناموں کا سلسلہ بند ہو جاتا ہے۔ ان پر بناموں کی دو غرضیں ہیں حواریہ و تائی و مہا چکی میں ایک تو پُرش کے واسطے بھوگ مہیا کرنے تاکہ وہ ان سے تجربہ اٹھائے۔ دوسرے تجربہ اٹھا کر موکش کی طرف مائل ہو۔ جب دھرم کا مینہ برسانے والی سادھی کی حالت بہم پہنچے گی۔ تو ظاہر ہے کہ پُرش بھوگوں سے سیر ہو کر سر و ب انو بھو کی طرف چلنے لگا۔ اب پر کرکئی کے تماشے اس کے واسطے کچھ چیز نہیں ہے۔ اس واسطے بند ہو جاتے ہیں۔ اور وہ سر و ب آئندہ میں لگن رہتا ہے۔

یہی کام سے معطل گنوں کے لئے ہو جاتا کیونکہ ہے یا کیونکہ گان شکتی کا اپنے سر و ب میں تائیم ہو جانا ہے۔ گنوں کا کام سے عاری ہو جانا یعنی پُرش کے بھوگ کے واسطے نئی صورتیں اختیار نہ کرنا پر کرکئی کے پہلو سے نظر سے کیونکہ کا سر و ب ہے۔ اس کے بمعنی ہیں کہ ایسے یوگی کے لئے دنیا سے خارجی اور اس کے تمام کلیش اور کرم اور ان کے نام سنسکار چت میں لئے ہو جائینگے جو بہت تیز و روپ ہے۔ اور بہت بائدھی خود پر کرکئی میں لئے ہو جائیگی۔ گنوں کا غلبہ نہ ہونے یا لئے گا تو نئی صورتیں پیدا ہونی نامکن ہوں گی۔ پر کرکئی لیتا اور

اس کا کیا تعلق ہے۔ میں جس شخص نے گیان سروپ یرش کو چٹ یا پر کرتی سے تمیز کر لیا اور دونوں کے سروپ جدا جدا پنجوی ذہن نشین کر لئے اس کی وہ جاننے کی خواہش نہیں رہی بلکہ مشانت پر میں قیام ہو جایگا۔ اس وقت چونکہ وہ سنا یا خواہش بق کرنے نہیں پائیگی چٹ محض تمیز کی طرف مائل اور کیولیہ سے بھڑ ہوگا۔ جیسا جیسے گیان کی حالت میں امور دنیوی کی طرف مائل رہتا تھا اور اس میں دنیوی خیالات بھرے رہتے تھے۔ اس وقت کیولیہ ہی کیولیہ بھری ہوگی۔ امتحان کے وقت بے شک دنیوی خیال سنائینگے۔ مگر یہ ایسے یرز وہ نہیں ہونگے جیسے گیان کی حالت میں رہتے تھے۔ انہیں دفع کرنے کی تجاویز وہی ہیں جو کلیشوں کے دفع کرنے کے واسطے تائی جا چکی ہیں۔

اشراقیہم پہنچنے پر تمیز کامل ہو جانے سے بیرگ والے آدمی کو سادھی ہوتی ہے جو دھرم کا مینہ برسانے والا بادل ہے۔ اشراقیہم کا کھجیہ میں وہ لٹا کہلاتی ہے جس میں پتھروں تنو مشق پریم سے جدا جدا تمیز ہونے لگیں۔ ان کا بیا ہم پہلے کرائے ہیں۔ انتہائی درجہ یہ ہے کہ یرش اور یر کرتی کی تمیز ہونے لگے۔ لیکن صرف عقلی تمیز کافی نہیں ہے۔ بلکہ تمیز پریم پہنچا کر پر کرتی سے طبیعت میں یرم بیرگ بھی ہونا چاہئے۔ کہ یہ بدلنے والی آنی جانی چیزیں سب پریم ہیں۔ انہیں کیا جی ٹکا۔ اس وقت سادھی لگتی ہے اور یرم آندا آتا ہے۔ گویا یہ سادھی نہیں ہے بلکہ دھرم کا مینہ برسانے والا بادل ہے۔

اس کی برکت سے کلیش اور کرم سب مشانت ہو جاتے ہیں۔ کلیش خارج اور وقت پیدا کرنے والے نہیں رہتے اور کرم چونکہ بڑے یا کے کار بہ محسوس ہوتے ہیں۔ اس واسطے کہ کل سے یوگی ملوث نہیں ہوتا اور لوگوں کے کرم اچھے بُرے اور ٹھیک یا خراب ہوتے ہیں۔ مگر سادھی لگانے والے یوگی کے کرم پھلدار ایک نہیں رہتے۔

وہیں ان کے متعلق جو سیدھے صباں ہیں۔ اُن کا بھی بیان ہوا ہے۔ انتہائی اُشراق
آخر میں سات طرح کا ہوتا ہے جو دو مجموعوں میں منقسم کیا جاسکتا ہے۔ پہلے
چار معلوم کے متعلق ہیں اور انہیں کار یہ مکتبی یعنی نجات از منظور و معلوم کہتے ہیں۔
باقی کے تین عالم کے متعلق ہیں اور انہیں چٹ، منگنی یا نجات از قلب کہتے ہیں۔
یہ ساتوں درجے مندرجہ ذیل ہیں :

۱۔ میں نے تمام معلوم کا علم حاصل کر لیا اور اب جاننے کے لائق کوئی چیز
نہیں رہی ہے۔

۲۔ میں نے تمام کلیتوں سے نجات پائی اور اب کوئی تکلیف دہ چیز نہیں رہی ہے۔

۳۔ مجھے کیونکہ پہلے لگا اور اب تحصیل کرنا کچھ باقی نہیں رہا ہے۔

۴۔ مجھے تمیز کا اُشراق ہو گیا اور اب کوئی فرض اور آکرنا نہیں رہا ہے۔

۵۔ بہری بڑھی کثرت کر تہ ہو گئی یعنی مجھے اب کچھ کرنا نہیں رہا اور اُشانت ہونے

۶۔ گن اپنے کارن میں ہو گئے اور اب اُن کا بھر عود کرنا ناممکن ہے۔

۷۔ چونکہ گن نہیں رہے۔ بہری سادھی پھل ہوئی۔ اور میں سروپ نہ ہوں قائم

ہوں۔

شناختی کے یہ سات درجے مندرجہ ذیل سات واسنوں کے شانت ہونے پر

مبنی ہیں۔ (۱) خواہش علم۔ (۲) خواہش آزادی۔ (۳) خواہش خوشی۔ (۴)

خواہش ادائیگی فرض (۵) خواہش نجات از پنج (۶) خواہش عجائبات از خون۔

(۷) خواہش نجات از شک۔

تمیز ہو جانے۔ یعنی برنش اور برکرتی کا فرق جان لینے سے آتما کو جلنے کی خواہش

جلانی رہتی ہے۔ وجہ یہ ہے کہ کیونکہ کا ادھکاری وہ شخص ہو گا جس کے دل میں

اس بات کے جانے کی تیز خواہش ہے کہ آتما کیا چیز ہے اور چٹ اور چٹ اور چٹ سے

یا برتیاں چٹ میں ہوتی ہیں نہ کہ پُرش کی ذات میں۔ پس اگر تمام چٹ برتیاں
سجک کر نہرودھ کی حالت بہم پہنچائی جائے تو پُرش یا ناظر کا اپنی ذات
میں قیام ہو جائیگا۔ یہی کیولیہ ہے +

مگر وقت یہ ہے کہ انا دی ایڈیا کے جھوٹے تعلق سے اکیان کی حالت
میں پُرش کو اٹا اٹا بھویہ ہوتا رہتا ہے کہ حالتیں میری بدلتی رہتی ہیں۔
یوں سمجھو کہ پُرش صفقا پتورے جس میں کوئی رنگ نہیں ہے۔ مگر اس کے
نیچے لال پیلا نیلا کالا کپڑا رکھ دیا جائے تو اس کے سبب صہ سے وہ لال
پیلا نیلا کالا محسوس ہوگا۔ یہ اس سوشر کے معنی ہیں کہ اکیان کی حالت میں
پُرش ہر حالت میں اس حالت والے چٹ کی ہم شکل ہوتا ہے۔ یہ حالت
اسی وقت تک رہتی ہے جب تک ایڈیا ہے اور اس ایڈیا کے ساتھ
پُرش کا وہیہ تعلق بنا ہوا ہے۔ ایڈیا کے نہ رہنے پر تعلق بھی نہیں رہتا
اور یہی ناظر کی کیولیہ ہے۔ تعلق کا قطع ہونا اس طرح کا نہیں ہے جس طرح
دو کیفیت یا استھول چیزیں رستی سے بندھی ہوں اور رستی ٹوٹ جائے تو
صلحہ علیحدہ ہو جائیں۔ بلکہ پُرش کو اکیان ہونے کے ساتھ ہی ایڈیا کے
باعث سے پر کرتی ہے وہی تبند صہ تھا وہ منقطع ہونا یہی پُرش کی کشش
کا کیولیہ بد میں سمجھتی ہے +

اس تعلق کے قطع کرنے کی سبیل کیا ہے؟ سو ہم تبند ترک تعلق کی تجویز
یا سبیل ہے۔ پُرش کا یہ سچاں لبنا تمیز کا علم پاتا ہے کہ بدلتی ہوئی صورتیں
پر کرتی کی ہیں مجھ میں کوئی تبدیلی نہیں ہے۔ یہ تمیز ابھی اس وقت ہوتی ہے
جب ہم اور سلسل ہو: یہ نہ ہو کہ ابھی دم کے دم کو چسکارہ ہو اور ابھی جاتا رہا۔
اس تمیز کے تبدائی برطے وغیرہ سمیر گئیات ساوھی کے بیان میں ہم بتائے ہیں

بھوک بھوگنا ہے اور جب اُن سے سیر ہو جاتا ہے تو نظر ہٹا کر اپنے سروپ میں لگن ہو جاتا ہے۔ اس امدادی تعلق کا سبب ابدیت ہے۔ ابدیت یا جہل کے متنی ہیں۔ چیز کچھ اور ہے اور اُس سے جان لیا کچھ اور ہے پرش اکڑنا اور گیان سہو ہے۔ لیکن اس ابدیت یا کے باعث سے مان یہ رہا ہے کہ میں کرتا ہوں اور اعمال کا ثمرہ جزا و سزا مجھے ملتا ہے۔ اب کبھی ہوں۔ اب دیکھی ہوں۔ وغیرہ وغیرہ۔ ابدیت یا نہ رہتے پر یہ تعلق بھی نہیں رہا کرتا۔

تیسری فصل - کیونکہ

اوپر ہم بتائے ہیں کہ پرش شدہ گبان سروپ ہے جس میں نہ کسی تبدیلی کا امکان ہے اور نہ جسے تبدیلی دینا ہوتا ہے۔ غرض سدا ایک رس انو بھو روپ ہے۔ یہ انو بھو ظاہر ہے کہ یا تو اپنی ذات کا ہوگا۔ اس حالت میں محض شافی اور غیر محدودیت محسوس ہوگی۔ کیونکہ جہاں صرف ایک اپنی ذات کا احساس ہے وہاں نہ دوسری شے کا احساس ممکن ہے نہ کسی طرح کی اشانتی یا اضطراب کا ہونا خیال میں آسکتا ہے۔ دوسری حالت یہ ہو سکتی ہے کہ محض اپنی ذات کے سیدھے انو بھو کی بجائے یہ اُنکا انو بھو ہو کہ میں کچھ اور ہوں۔ مثلاً دیوتا۔ آدمی۔ جانور وغیرہ۔ مجھے اب شک ہے اب دیکھ ہے۔ اب میری یہ حالت ہے اور اب بدلی کر یہ ہو گئی۔ یہ انو بھو ظاہر ہے کہ حقیقت کا نہیں ہے۔ کیونکہ پرش میں شدہ گیان سروپ ہونے کی وجہ سے کسی تبدیلی کا امکان نہیں ہے پس جتنی تبدیلیاں انو بھو میں آئیں وہ محض بھرم یا وہم ہوگی۔ تبدیلی

لئے ہوتا ہے۔ چیت چونکہ جڑ ہے اس واسطے بھوگتا نہیں ٹھیکر سکتا۔ چیت کے
پیش سے علیحدہ چیز ہونے کا ثبوت یہ ہے کہ وہ پیش کے اوجھن ہو کر ہی
کام کرتا ہے۔ اگر پیش کی امداد مثالی حال نہ ہو تو نہ اپنے آپ کو جلا سکتا
ہے نہ کسی اور شے کو ناظرین اب سمجھ گئے ہونگے کہ پیش گوگیاں سروپ ہے
مگر دیکھتا ہر ایک کو چیت کے ذریعے سے ہی یعنی چیت گیاں سنی کی صورت اختیار
کرتا ہے اور پیش اُسے سرکاشنا ہے۔ چیت نے صورت اختیار کی اور پیش نے
اسکا پرکاش یا انو بھو کیا۔ اسی واسطے سائنکھیت میں پیش کو کرتا مگر بھوگتا
مانا ہے۔

پیر کرنی چونکہ جڑ ہے اس واسطے جو جو صورتیں تبدیل کرتی ہے۔ وہ خود
اپنے لئے نہیں کرتی۔ کیونکہ جڑ ہو کر بھوگ کا انو بھو اُسے ممکن نہیں۔ بلکہ
بہ تبدیلی صورت محض پیش کے واسطے ہے تاکہ مختلف بھوگوں کے پیش کو
ہر قسم کا تجربہ بھی ہو جائے اور جب ان بدلنے ہوئے اور نامائیدار
تماشوں سے سیر ہو چکے تو کیونکہ یا مکش کی جانب ہل کر ہے۔ پیش کی توجہ
پیر کرنی سے ہٹ کر اپنی طرف یعنی کشف ذات کی طرف ہوتی ہے تو ایسے
مکنت پیش کے واسطے پیر کرنی کے ماننے بند ہو جائے ہیں۔ مگر چونکہ اور
بے تعداد پیش ہنوز تجربے اٹھا رہے ہیں اور سیر نہیں ہوئے۔ ان کے
واسطے یہ تماشے جاری رہتے ہیں۔

غرض پیش اور پیر کرنی کا تعلق اپنے اور اپنے سوا کسی کی تمیز کے واسطے
ہے۔ پیر کرنی آپ بھوگ روپ ہے اور پیش بھوگتا روپ۔ اس بھوگ
اور بھوگتا کے تعلق کے سوا پیش اور پیر کرنی میں اور کوئی تعلق نہیں۔
دونوں کا یہ سمبندھ انا دی یعنی بے ابتدا ہے۔ اسی تعلق کے باعث پیش

چیت میں ہیں۔ مثلاً پہلے چیت میں ہیں۔ یا دوسرے میں۔ یا دوسویں میں۔ جہاں
 بھڑو گے وہیں بہ اعتراض پیدا ہو گا کہ اس چیت میں کیوں مانتے ہو اور چیت میں
 کیوں نہیں مانتے۔ اس واسطے سویم یہ کاش میش کو ہی لازم و لابداً یہ کاشک
 ماننا پڑتا ہے۔ غرض چیت بیشے یا معلوم ہے اور اس کا یہ کاشک گیاں سروپ
 پُرش پُرش یا عالم ہے۔

گیان سکتی حقیقت میں پُرش ہے۔ یہ اگر یا اور غیر متحرک ہے صحت سمیں
 باہر آتا جاتا نہیں ہے۔ چت جڑ ہے اور برتی روپ ہو کر باہر جاتا ہے اور
 نشیوں کے اثر سے متحرک ہو کر ان کی صورت میں اختیار کرتا ہے۔ ان برتوں میں
 مصفا ہونے کی وجہ سے گیان سروپ پُرش کا اثر پڑتا ہے تو یہ گویا پُرش نہیں
 رہتیں بلکہ ایک قسم کی جیت ہو جاتی ہیں۔ اسی سے چت اپنے آپ کو بھی جانتا ہے
 اور ان بیرونی چیزوں کو بھی جن کی صورتیں اس نے اختیار کی ہیں۔

سیان یا اسے دوا اور باتوں کی بھی توضیح ہوتی ہے۔ اول تو یہ کہ
 گیان وادی بودھ جو سمجھ رہا ہے کہ تمام چیزیں چت ریب ہیں وہ غلطی پر ہے
 اور نہ ہر یہ جو یہ جانتا ہے کہ جو کچھ ہے سب مادہ ہے وہ بھی غلطی پر ہی ہے۔
 دوسرے یہ کہ چت اور چیت کی برتیوں پر غور کرنے سے گیان سروپ پُرش کا
 سروپ منکشف ہوتا ہے۔ اور برتیوں کے نزدیک سے آدمی کیولیہ کے ریب یہ
 پہنچ سکتا ہے۔ چونکہ گیان کا تمام کام برتی روپ ہو کر چت کرتا ہے۔ اس سے
 یہ نہیں سمجھتا چاہئے کہ پُرش ایک غیر ضروری اور مفروض شے ہے۔ بلکہ چت
 اور چیت کی برتیوں سے الٹی پُرش کی ہستی ثابت ہوتی ہے۔

چت بے شمار واسنوں کا گھر ہے یعنی اس گودام گھر میں لاکھوں واسناتیں
 یا بھوک کے سامان موجود رہتے ہیں۔ تا عدد کیلئے ہے کہ بھوک ہمیشہ اور کے

ایک ہی چیز کا ہوتا ہے۔ دوسرے لمحے میں دوسری شے کے گیان کی برنی اٹھتی ہے اور پُرش اُسے پرکاشتا ہے۔

پس پیدا ہونا اور فنا ہونا ان گیان کی برنیوں یعنی چت کی مختلف صورتوں میں ہے نہ کہ گیان سروپ پُرش میں جو ان کا پرکاشک ضرور ہے۔ مگر خود ہمیشہ ایک رس رہتا ہے۔ اس میں پیدائش فنا اور تبدیلی نہیں ہے پُرش کی یوں سمجھو جیسے بازار میں ایک دکان پر چراغ جل رہا ہے۔ جو جو چیز اس کے پرکاش میں آتی جائیگی اسکا پرکاش ہونا جائیگا۔ جو اس پرکاش سے ہستی جائیگی اسکا پرکاش نہیں ہوگا۔ یہاں چراغ ایک رس روشنی دینے والا ہے۔ آنا جانا ان چیزوں میں ہے جو اس روشنی میں آتی ہیں اور ہستی میں۔ چراغ میں نہیں۔ اس طرح پُرش اور چت کی گیان کی برنیوں کو سمجھ لو۔ برنی گیان اور گیان روپ پُرش گیان کی دو صورتیں نہیں ہیں بلکہ چت اور چت کی برتیاں سروپ سے جڑ ہیں۔ پُرش سویم پرکاش روپ گیان ہے۔
 ”میں سمجھی ہوں“ میں دیکھی ہوں۔ اس قسم کی برنیوں سے ظاہر آثار ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ”میں“ کا اطلاق صرف چت پر ہے۔ چت کے علاوہ اور کسی گیان سروپ پُرش کے ماننے کی ضرورت نہیں۔ مگر بغلطی ہے۔
 ”میں سمجھی ہوں“ اس گمان برنی میں علم دو ہیں۔ ایک تو اپنے یا معلوم سمجھ کا اور دوسرے کیا ما یا عالم ”میں“ کا۔ چونکہ ایک لمحے میں دو گیانوں کا ہونا نامکن ہے۔ اس واسطے اس سمجھ اور میں دونوں کو پشیم ہی ماننا پڑے گا اور ان کا پرکاشک گیان سروپ پُرش تیسرا اور ماہا ضروری ہوگا۔ اگر کہو کہ پُرش کی جگہ چت ہی اور مان تو تو اس طرح چتوں کا ایک لامتناہی سلسلہ پیدا ہو گا جس میں کہیں ٹھہرا دکن نہ ہو گا اور حلقے کے سنسکا رہیں تباہے جا سکنگے کہ کس

تبدیلی کا امکان نہیں۔ کام جتنا کرتی ہے وہ پیر کرتی کرتی ہے اور جتنی تبدیلیاں ہیں وہ سب پیر کرتی ہیں۔ پس پُرش کا یہ خیال کہ میں کرتا ہوں مجھے کرموں کا پھل شکہ و کھ ملتا ہے۔ - مجھے یہ بدایش فنا ہوتی ہے۔ ہے محض بھرم یا وہم ہے۔ اس نادیدنی دہم یا بھرم کا ہی دوسرا نام پیر کرتی اور پُرش کا تعلق ہے۔

چٹا چونکہ ستون کا کاربہ ہے۔ اس واسطے نہایت ہی مصفا شدہ ہے۔ اس میں چٹن کا عکس پڑتا ہے۔ اس عکس کو لوں سچھ لو کہ جبسا لوہا آگ میں پڑنے سے آگ کی طرح سرخ ہو کر آگ کے کام مثلاً حرارت و روشنی دینے لگتا ہے۔ اس طرح پُرش کے قربت سے مصفا جیت گیان کی برتیوں کی صورت میں نمودار ہونے لگتا ہے۔ یا جیسے مقناطیس کی قربت سے لوہا حرکت کرنے لگتا ہے اس طرح پُرش کی قربت سے چٹ میں گیان برتیوں کی حرکت پیدا ہوتی ہے۔ کرتا پین بندھ موکش کا جو بار پیر کرتی کے کاریوں کے گیان سب میں اسی چٹ کا قدم در میان میں ہے۔ پُرش اسنگ نرلیپ اکرنا سٹ سروب ہے اور اس کی وجہ یہ ہے کہ شدہ گیان سروب ہے۔ مگر نادیدنی گیان سے یا بھول سے سمجھ یہ رہا ہے کہ تمام بیو ہار مجھ میں ہو رہے ہیں۔

چٹا چیزوں کے رنگ سے رنگیں ہو کر ان کی صورتیں اختیار کرتا ہے یعنی مختلف گیان برتیوں کی صورت میں نمایاں ہوتا ہے۔ نہ تمام کارخانہ جڑ ہے۔ جیت پُرش کا ان سربوں میں عکس پڑتا ہے تو ان کا گیان ہوتا ہے۔ چٹ بہت متوہی ہے۔ اس لئے چونکہ اس میں افراد نہیں ہے۔ پس چاہئے یہ تھا کہ ہر لحظہ ہر شے کا علم ہوتا رہتا۔ مگر ایسا متوہی واسطے نہیں ہے کہ ایک لمحے میں ایک ہی چیز کی صورت اختیار کی جاسکتی ہے۔ اس لئے علم بھی

یہاں یہ اعتراض اٹھتا ہے کہ جسطرح آجکل کے مغربی بر پیام وادی یعنی اہل ارتقا روح کو بھی مادے ہی کا ارتقا مانتے ہیں۔ اسی طرح پریش کو بھی پیر کرتی ہی کا کارہ کیوں نہ مان لیا جائے۔ مادے کے ممکنات کا علم کسی کو نہیں ہے۔ جہاں وہ اور لانا نہا چیزیں بچ سکتا ہے۔ پریشوں کو بھی اُس کی رچنا کیوں نہ تصدیق کر لیا جائے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ مادے اور روح کے خواص میں بعد المشرقین ہے۔ اس واسطے پریشوں کو پیر کرتی کا کارہ یہ نہیں مانا جاسکتا۔

پیر کرتی کا خاصہ پھیلاؤ ہے یعنی اس کے کارہوں میں عرض و طول و عمق دیکھا جاتا ہے۔ گیان میں نہ ممکن نہیں۔ پیر کرتی میں تبدیلیاں ہوتی ہیں اور اس کے کارہ فضا پذیر ہیں۔ پریشوں کو پیر کرتی کا کارہ مانا گیا تو کثرتِ ناش اور اگر تہجہا گم دوش آئیگا۔ یعنی کئے ہوئے کرموں کا پھیل نہ ملنا اور نہ کئے ہوئے کا ملنا۔ اس کے ماسوا پریشوں کو پیر کرتی کا کارہ مانا گیا تو عالم و معلوم کا ایک ہو نا لازم آئیگا۔ مگر تجربے کے خلاف ہے۔ انکھ سب چیزوں دیکھتی ہے مگر خود اپنے آپ کو ابنا ممول و معلوم نہیں بنا سکتی۔ ان دلائل سے ہی ثابت ہوتا ہے کہ پریش پیر کرتی سے بالکل علیحدہ ہیں۔ ہمارے ہاں کے چار داک اور نیا بک اور مغرب کے دہریے مادہ پر پریشوں کی مابینیت کو نہیں پہنچے ہیں۔ یہ ہمز سا مکیہ اور ودانت سے لے کر شاستروں کا ہی حصہ ہے۔

دوسری فصل پیر کرتی اور پریش کا تعلق

پریش شہدگانِ سروپ ہیں۔ اس لئے محض اگر تاپیں اور آں میں کسی قسم کی

عورت کھڑی ہے۔ کھاوند اس کو بیوی سمجھ کر بھوک کا ذریعہ دیکھتا ہے۔ لڑکا ماں اور اپنی پیدا اور پالنے کرنے والی جانتا ہے۔ یوگی اور گیانی کی نظر میں صرف مفسدہ گوشت ہے۔ شیر گسے اپنا کھا جاتا ہے۔ یہاں چیز ایک ہے۔ اور مختلف چیزیں مختلف اثر ڈال رہی ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ چیز چت سے مختلف ہے۔ دوسری دلیل یہ ہے کہ اگر چیز محض چت روپ ہے۔ تو عالم معلوم گویا دونوں ایک ہوئے جو خلاف عقل ہے۔

واضح ہو کہ اعتراض بالا گیان واوی بودھوں پر ہیں۔ نہ کہ ویدانت پر۔ ویدانت میں سائنکھیکہ کی پرکرتی کی جگہ بھارو روپ مایا بانی ہوئی ہے جو سائنکھیکہ سے بہتر مسئلہ ہے۔ بہ بحث میری کتابوں چیل درویش فلسفہ گیتا اور گیان یوگ میں فصل دوم تک طور پر دی گئی۔ اس مختصر میں اس کی گنجائش نہیں ہے۔ ہاں اوپر جو یہ اعتراض کیا گیا تھا کہ ایک گیان مختلف صورتیں اختیار نہیں کر سکتا۔ بھینہ سائنکھیکہ اور یوگ پر بھی عابد ہوتا ہے کہ ایک برہمدھان لا انتہا مختلف چیزوں کی صورتیں اختیار نہیں کر سکتی۔ اس کا جواب بھگوان تیجی یہ دیتے ہیں۔ کہ گون چنکے میں ہیں اور وہ لا انتہا ترکیبوں سے باہم مرکب ہو سکتے ہیں۔ اس واسطے ان سے لا انتہا چیزوں کا ظہور ہو سکتا ہے۔

یہ تو پرکرتی کا بیان ہوا۔ پرش پرکرتی سے مختلف ہے۔ وجہ یہ کہ مشتمل گیان سہ روپ ہے۔ پرکرتی جڑ ہے پرش چیتن۔ پرکرتی کام کرتی ہے۔ پرش اکرتا ہے۔ پرکرتی میں تبدیلیاں ہوتی ہیں۔ پرش غیر متبدل ہے۔ پرکرتی منظور ہے پرش ناظر پرکرتی معلوم ہے پرش عالم۔ پرکرتی بھوک مہیا کرتی ہے پرش ان کا بھوگتا ہے۔ پرکرتی محض جڑ ہے پرش کاسیل بولہ کی طرف ہے۔ عرض پرش اور چیز ہے پرکرتی اور چیز ہے۔

یعنی نشان یا پہچان والے ہیں۔ مثلاً تراکیں اندریاں من اور انہکار جو غیر صاف لنگ والے ہیں۔ بدعتی جو محض لنگ ہے کیونکہ اس کا علم تو ہوتا ہے مگر اس میں انفراد یا صورت کوئی نہیں ہے۔ یزدگان یا اوکنت جو گنوں کی سامیہ اوستھا ہونے کی وجہ سے لنگ یا بے نشان ہے۔ تینوں گن مستوج تم دو حالتوں میں ملتے ہیں۔ ظاہر یعنی چیز کی موجودہ صورت میں۔ مخفی یعنی حالت باطن میں یعنی جو صورت وہ چیز استقلال میں اختیار کر لگی اس میں ظہور کیڑ پٹنگ۔ یہ صورتیں صرف پر کرتی کے گن ہی گن ہیں اور کچھ نہیں۔ کیونکہ جو شے ہے وہ شکھو دکھ اور وہ آتمک ہے۔ یہی تینوں گنوں کے خواص بھی ہیں۔ غرض جتنے مناظر و مظہرات ہیں سب انہیں تینوں گنوں کی بدلتی ہوئی صورتیں ہیں۔ و مبدعہ لحظہ بلحظہ یہ گن نئے نئے یر نیام یا تے ہیں۔ اسی کا نام سنار ہے۔

اس یر یہ اعتراض اٹھتا ہے کہ چونکہ گنوں کی تبدیلی کے سوا یہاں کچھ اور ہے نہیں۔ پھر گان میں کسی خاص چیز کا ایک محسوس ہونا کیونکر ممکن ہے۔ اسکا جواب یہ ہے کہ یر نیام ایک ہونے کے معنی یہ ہیں کہ دو گن مخلوب حالت میں ہیں اور ایک غالب حالت میں۔ اس واسطے چیز ایک محسوس ہوتی ہے مثلاً جن چیزوں کا علم ہم عواسوں کے ذریعے سے ہوتا ہے اُن سب میں تو گن برعکاس ہے جس کا خاصہ چیز کی صورت کا تاہم و برقرار رکھنا ہے۔ بلکان وادی پودہ جو یہ مانتا ہے کہ چیزیں ہمارے من کا عکس ہیں۔ اس سے زیادہ اُن کی حقیقت نہیں۔ وہ سخت غلطی کر رہا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ ایک جنس کی چیزیں جو کتنی ہی مشابہ کیوں نہ ہوں۔ لیکن اس باعث سے کہ وہ چیت پرانیا اثر ڈالتی ہیں اور چیت اُن پر انما اثر ڈالتا ہے۔ چیزیں اور چیت مختلف ٹھہرتے ہیں نہ کہ محض چیت کی صورتیں۔ مختلف چیزیں مختلف چیتوں پر مختلف اثر ڈالا کرتی ہیں۔ مثلاً

ناظر یعنی پریش شدہ گناہ سر یہ اور ہمیشہ آئندہ رہا ہے۔ تبدیلیاں جتنی ہیں وہ سب یر کرتی میں ہوتی ہیں۔ مگر ادا کی گئی ہیں۔ ہم یہ مقرر کیا ہے کہ یر کرتی میں نہیں بلکہ میری تبدیلیاں ہوتی ہیں۔ اسی واسطے کبھی اسے کوئی شکایت نہ ہوتی ہے۔ کبھی دیکھی۔ ہم یہ جہم پاتا ہے۔ اور وہ کہہ پر مدد اٹھاتا ہے۔ اس اعتبار سے دیکھ کے دیکھنے کا بس ایک ہی طریقہ ہے اور وہ یہ ہے کہ آدھی یر کرتی اور میری ناظر و منظور کی تہہ بہ تہہ بن جائے۔ اسکا سا دھن ہی ہوتا ہے۔ ہم نے اس کتاب میں بیان کیا ہے۔ اب ہم مندرجہ بالا ناظر کی تہہ سے جس شروع کر رہے ہیں۔

منظور یعنی یر کرتی وہ ہے جس کے خواص علم و عمل و قیام ہیں جس کی صورت میں مہابھوت اور اندریاں ہیں۔ اور جس کی غرض بھوک اور موکش ہے۔ علم و عمل و قیام ستورج ہم یر کرتی کے تہوں گوں کے کام ہیں۔ ان کا منسلک کر چکر لیں۔ باب میں ہو چکا ہے اس واسطے یہاں اس کا اعادہ لاحق ہے۔ انہیں گوں کی وجہ سے یر کرتی مہابھوتوں اور اندریوں کی صورت میں اختیار کرتی ہے۔ اندریوں میں گناہ اندریاں۔ کرم اندریاں۔ پران جو اندریوں کی ہی برتیاں ہیں۔ اور اندرونی اندریاں با انتہہ کرن یعنی من انہنگار میری وغیرہ سب شامل ہیں۔ اب رہ گئی بہ مات کہ یر کرتی بصورتیں کیوں اختیار کرتی ہے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ ایک تو میری کے بھوک کے واسطے تاکہ وہ اس بھوک سے بھر جائے اور وہ اس واسطے کہ بھوکوں کو ناپا سدا رہا جان کر موکش کسٹ ایل ہو۔ تمام بھوک یر کرتی کے گوں کے کار یہ ہیں۔ اور ان چوں کہ ہمیشہ بدلتے رہتے ہیں۔ اس واسطے انہیں قیام و دوام نہیں ہو سکتا۔ سائنکھ کے جو چار حالتوں میں ملتے ہیں۔ چہا بھوت جو ماندر لنگ

اور بہ منہز ہم پہنچا کر کہ پریش گیان مہر وی اور سد اُشد عہد ہر اور مکت ہے۔
 اور تیدیل باں تمام پر کرتی بنی ہوئی ہیں۔ غیرش کو ان سے کچھ علاقہ نہیں ہے۔
 اچھیا کا ناش کرنا چاہیے۔ اس سے واسنائیں شانت ہو جائیں گی۔ اور
 سنا رہ جو دکھ کا کارن ہے جھوٹا حاکم ہوگا۔

اگلے درجے کا لوگی کرم اور کرم واسناؤں کو اور عہد شانت کر سکتا
 ہے۔ یہ کا یا ویوہ برمان ہے۔ یعنی وہ اپنی شکست سے اس طرح شانت جھوٹ
 لے چہ طرح خواب میں رہے جاتے ہیں۔ اور ان شانت جیوؤں کے وسیلے
 سے اپنے شانت کرموں کے بھوگ ایک دم سے بھوگ کر اننت کرم واسناؤں کو
 شانت کر دے۔ بہ جیو جو کہ اس کے چت سے نکلے ہوئے ہیں۔ ظاہر
 ہے کہ اپنی کرم واسنائیں علیحدہ نہیں رکھتے اس واسطے یہ کرموں کا بھل
 بھوگ کر جس کا انکو بھو محض یوگی کو ہوگا۔ ہر کرم شانت کر دیں گے۔ اور
 بعد کے جنموں کا باعث نہیں بنیں گے۔ نہ عمل صرف وہی یوگی کر سکتا ہے جسے
 آتم درتن کے متعلق سید جیوں تک دسترس ہے۔

باب دہم
 کیونکہ کا بیان

پیر کرتی اور پریش

ہم نے تمام دکھ کا باعث اچھیا جہلی کو بنا ہے۔ یہ ناظر و منظر کا جیسا تعلق ہے۔

پیدا ہوتا ہے اور پھر انے سنکار موجود ہوتے ہیں اس لئے حافظہ اپنا عمل کرتا ہے اور اس سے ویسے ہی اعمال سرزد ہوتے ہیں جو اس جُون اور اس کی واسنوں کے مطابق حال ہوتے ہیں۔ اب اگر متواتر انسانی زبانانی جُون ملے جائے یا بیچ میں جُون بدل جائے اور ہزاروں برس کا فرق بھی پڑ جائے تو بھی چونکہ الادی کرموں والے جیو میں ہر جُون کے سنکار موجود ہیں۔ موجودہ جُون میں وہ خود کرائیں گے اور اس کے نام عمل موجودہ جُون کے ہی مطابق ہونگے۔ بہ اعتراض نہیں اٹھ سکتا۔ کہ بعدگی جُولوں میں سنکاروں کا وجود مانا مگر سب سے پہلی جُون میں تو سنکار نہیں ہو سکتے۔ وہاں جیو کے اعمال کا محرک کون ہوگا۔ وہ یہ ہے کہ جیو انادی ہیں۔ انکے کرم انادی ہیں۔ اور ان کے کرموں کی واسنائیں انادی ہیں۔

ان انادی کرم واسنوں کے ناش کا طریق کباجیں سے آواگون کے پھنساوے سے آدمی جیسے اور اس کی کیوتیہ میں رہتی ہو۔ سنو دینا چونکہ کارن پھل شرے اور سہارے سے بندھی ہوتی ہے انہیں چاروں کے ناش سے اسکا ناش بھی پڑتا ہے۔ واسنا کا باعث متواتر متوالی انو بھو ہیں انو بھو کا باعث خواہش ہے۔ خواہش کا باعث ابد یا ہے۔ ہا عنوں کا سہ پہلو سلسلہ ہے۔ ان کا پھل مختلف جُولوں کا ملنا ہے۔ جن میں مختلف طرح کے بھوگ ہوتے ہیں۔ آشرے جتا ہے اور سہارے پڑتے ہیں۔ یہ چاروں ناش ہوں نو واسنائی ناش ہو۔ کیونکہ جب تک سبب قائم ہے۔ مرض کیونکر دور ہو سکتا ہے۔ جلی سبب دیکھو تو ابد یا یا چل ہے کیونکہ ابد یا سے خواہش اور خواہش سے واسنا پیدا ہوتی ہے۔ رہے پھل آشرے اور سہارا یہ تنوں ابد یا ہی سے نکلے ہوئے ہیں۔ ہوا سے ابد یا کا دور کرنا امر اہم ہے۔ یہ جانی رہے نو واسنا کا بیج جل جائیگا اور حلا ہوا بیج پھر سنار بدکش پیدا نہیں کر سکتا۔ پس یوگ کے سادھنوں پر عمل کر کے

اس لئے کہا ہے کہ جو دکھ بھوگ سے ختم ہو چکا اس کا نو کہنا ہی کیا ہے۔ موجود لمحے میں جو دکھ موجود ہے وہ اب ختم ہونے کا ہوا ہے۔ ہاں آئندہ دکھ کے جوانبار اپنے کرموں کی وجہ سے ہوتا کر رکھے ہیں۔ ان کا دفعہ کرنا چاہئے تاکہ وہ باعث تکلیف نہ بن سکیں اور یہ دفعہ حاضی نہ ہونا چاہئے کہ کچھ عرصے کے لئے دکھ سے نجات مل جائے۔ بلکہ اس قبیل کا ہونا چاہئے کہ دکھ پھر کسی طرح عود ہی نہ کر سکے۔ اگر دکھ سے کچھ عرصے کے لئے نجات مل گئی اور وہ پھر عود کر آیا تو دفعہ ہی کیا خاک ہوا؟

کرم دہنا نہایت ہی شہزور اور طاقتور چیز ہے۔ جیسا ابھی ذکر ہو چکا ہے آدمی کرم کرتا ہے۔ وہ کرم جنم دیتے ہیں۔ جنم پاکر اور کرم کرتا ہے اور اس طرح سلسلہ لا متناہی جاری رہتا ہے۔ یہ کرم تین طرح کے ہوتے ہیں۔ سفید سیاہ اور مخلوط۔ سفید کرم وہ اعمال نیک ہوتے ہیں جو سورگ ملنے کا باعث بنتے ہیں۔ سیاہ کرم وہ اعمال بد ہیں جو نرک ملنے کا باعث بنا کرتے ہیں۔ مخلوط کرم وہ ہیں جو انسانی چولا دیتے ہیں۔ معمولی آدمیوں کے کرم انہیں تینوں قسموں کے ہوا کرتے ہیں۔ بونگی کو چونکہ خواہش ثمرہ اعمال نہیں رہا کرتی اور فرائض کو محض فرائض سمجھ کر بجا لاتا ہے اس واسطے اس کے کرم سفید و سیاہ و مخلوط بھی نہیں رہا کرتے۔

تینوں طرح کے کرم ظاہر ہے کہ اپنی اپنی قسم کے سنسکارت میں چھوڑ دیں گے انہیں کا دوسرا نام دہنا ہے۔ یہ یا تو حلقے کی صورت میں نہاں ہوئے گئے یا جون کرم اور بھوگ کی صورت میں۔ انہیں کرموں کی پختگی یعنی پھلنے کے مطابق آدمی کو خاص جون ملا کرتی ہے اور اس جون کے مطابق اس کے خاص بھوگ اور عمر ہوا کرتی ہے۔ چونکہ اس جون میں وہ کرم دہنا لے کر رہی

بڑے کرموں کی وجہ سے گدھے یا گتے کی سی ہو گئیں۔ ہنسنے کے تجربے میں ایسے انسان صورت بہا ییم سیرت اچھی آتے رہتے ہیں۔

ان جاتی بھوک اور عمر میں آدمی کو کھ مکھ بھوگنا رہتا ہے اور اسکا باعث بن اور یاب ہیں۔ نادانوں کی نگاہ میں خوشگوار چیزیں مکھ دیتی ہیں۔ مگر جو دانا لوگ ہیں انہی لوگ کے جاننے والے انہیں ہر چیز ہی مکھ دینے والی کیا بلکہ محض مکھ روپ نظر آتی ہے۔ وجہ یہ ہے کہ نیلج نکر اور اثرات کی وجہ سے یا انوں کے مخالف سے ہر چیز میں مکھ ہی مکھ بھرا ہوا ہے۔ نتائج کے یہ معنی ہیں کہ چیز اچھی ہے تو اس کی ہوس تکلیف دیتی ہے اور بُری ہے تو اس کے دفعیئے کے اسباب ڈھونڈھنے پڑتے ہیں۔ دونوں صورتوں میں ہر بار کامیابی نامکن ہے۔ اس واسطے نتیجہ ہمیشہ تکلیف دایوسی ہی ہے۔ فکر باعث تکلیف مشہور عام ہے۔ اچھی چیزوں کا ہم پہنچنا نا۔ احتیاط سے رکھنا اور اولوں کو لینے نہ دینا بھی مصیبت ہے اور بُری چیزوں سے بچنا بھی۔ کیونکہ دونوں ہی بے صبری و بے اطمینانی پیدا کرنے والے اسباب ہیں۔ اثرات سنسکار ہیں جو راحت و تکلیف ہر احساس اپنے پیچھے چھوڑتے ہیں اور جو آئندہ جذب و دفع دونوں صورتوں میں تکلیف کا باعث بنتا ہے۔ گنوں کا اختلاف ہے کہ ستودج تم پر کرتی کے تینوں گن ہر چیز میں ہیں اور یہ ہمیشہ بدلتے رہتے ہیں۔ چونکہ اس تبدیلی ہی کی وجہ دوام کسی شے کو ہے نہیں اس واسطے نایا شمار شے میں جہاں دبستی ہوگی وہاں پریشانی ہی کا باعث ہوگی۔

بیان بالا سے ظاہر ہے کہ ہر چیز مکھ روپ ہے۔ اور چونکہ اس کا ملنا یا نہ ملنا کرموں پر منحصر ہے۔ اس واسطے مکھ کی جڑ مولی کرم ٹھہرتے ہیں۔ آدمی کو سخی و کوشش بلیغ سے مستقبل مکھ کے رفع کرنے کی فکر کرنی چاہئے مستقبل

کرتوں پہنچے۔ ناظرین کو خیال رہے کہ یر کرتی جو کام کر رہی ہے وہ جو تماشے دکھا رہی ہے وہ اس واسطے ہیں کہ یرش ان سے تجربہ اٹھائے اور سیکش کی جانب سل کرے۔ اس واسطے ہر جیو کو طرح طرح کی جوتوں میں سے گزرنا پڑتا ہے۔ ہندو شاستر بتاتا ہے کہ چوراسی لاکھ جوتوں کے بعد انسان بچلا ملتا ہے۔ مٹھوان شینجلی کہتے ہیں کہ جوں کی تبدیلی پر کرتی کے بھرپور مرنے سے عمل میں آتی ہے یعنی ایک جوں میں جو کمال کو پہنچ گیا اور جو کچھ تجربہ حاصل کرنا چاہئے تھا کر چکا تو اس سے افضل جوں ملتی ہے تاکہ آئندہ ترقی کرتا چلا جائے۔ اس جوں بدلنے کا باعث یر کرتی ہی ہے جو سارے کام کرتی ہے۔ دھرم اور دھرم وغیرہ اتفاقیہ باعث نہیں ہیں۔ مگر اس سے یہ نہ سمجھنا چاہیے کہ دھرم اور دھرم بدلنے کا یہ چیزیں ہیں۔ بلکہ یہ کسان کی طرح رکاوٹیں دور کرتے ہیں اور یر کرتی یر کمال کی راہ میں کھولتے ہیں۔ دیکھو کیفیت ہر اتوبانی سہمی ہوتا ہے۔ مگر کسان نالیاں کھودے۔ رکاوٹیں ہٹائے اور پانی کے بہنے کا راستہ بنا دے تو کیفیت آسانی سے یکساں۔ بعینہ یہی کام یر کرتی کے ملے دینے میں دھرم اور دھرم وغیرہ کرتے ہیں +

رہا یہ سوال کہ آدمی کا چولا یا کر انسان بھر جائز بن سکتا ہے یا نہیں اس میں دو مذاہب ہیں۔ ایک کا تو یہ قول ہے کہ بن سکتا ہے۔ یہ ستر اس کے واسطے ایسی سمجھنی چاہئے کہ برس دو برس یا دس پندرہ برس کو جلیانے نہ بھیڑا گیا اور کمر کا یہ قول ہے کہ انسانی صبحے تک جو پہنچ گیا تو پھر جوانی جوں ما سے اسی طرح نہیں مل سکتی جیسے ام کا درخت ببول کے کانٹے نہیں دے سکتا۔ شاستر جو یہ کہتا ہے کہ فلاں شخص مر کر گدھا یا کتا بن گیا۔ اس کے یہ معنی ہیں کہ دوسری جوں میں وہ جو پیدا تو انسانی جوئے میں ہوا مگر اس کی عادات و خصائل اپنے

ہیں۔ ان جنم جناتروں کے کرموں کا مجموعہ سخت یعنی جمع شدہ کہلاتا ہے۔ اس سے جو کرم پھل دینے کے لائق ہو جاتے ہیں وہ پرار بدھ یعنی شروع سفر نام پاتے ہیں۔ یہ آدمی کو جنم دیتے ہیں اور اپنے پھلوں کے مطابق خاص حالات فواجی میں لا بٹھاتے ہیں۔ اس جنم میں جو کرم وہ کرتا رہتا ہے ان میں سے بعض کا پھل تو یہیں پاتا رہتا ہے اور بعض کا نہیں۔ یہ آگے چل کر پھل دین گئے ہیں۔ آگے یعنی مستقبل کہلاتے ہیں اور سخت کرموں کے خزانے میں جمع ہو جاتے ہیں اس طرح آواگون کا لامتناہی سلسلہ جاری رہتا ہے۔ کرم سے آدمی جنم پاتا ہے جنم یا کرم کرم کرتا ہے اور یہ کرم اور جنموں کے باعث بنتے ہیں۔

کرم ختم ہونے میں اس واسطے نہیں آتے کہ انکی جڑ یعنی کلش سدھری رہتی ہے۔ جڑ چونکہ موجود ہے کرم بار آور رہتے ہیں اور جاتی عمر بھوک میں ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ بھوک سدھرا دھیری غریبی صحت و بیماری طاقتوری و بے طاقتی ہے۔ بعض شخصوں کو ہر طرح کے بھوک میسر ہوتے ہیں بعض غریب تمام عمر ترستے رہتے ہیں اور انہیں کچھ نہیں ملتا۔ بعض بچے صحتور پیدا ہوتے ہیں۔ بعض لنگر لے لوے اپنا بیج۔ غرض دنیا کی نیرنگی کے باعث یہی کرم ہیں۔ عمر کا دار و مدار بھی انہیں کرموں پر ہے۔ پرار بدھ کرموں نے جس زور کے ساتھ جسم انسانی کی گیند کو اس دنیا میں لڑھکایا ہے۔ اتنے ہی سرے وہ لڑھکتی بھی رہیگی یعنی آدمی زندہ رہیگا۔ جب یہ روز ختم ہوا تو اس گیند کا لڑھکنا ختم ہو جائیگا۔ اور آدمی مر جائیگا۔ یہ دونوں اصول آئینے کی طرح صاف ہیں۔

جاتی کے معنی دولے جاتے ہیں۔ ایک تو برہمن چیتری ویش ٹوڈر کے

ہاں جنم ہونا۔ دوسرے جانور یا انسان کا جو لا ملنا۔ دونوں ہی کا دار و مدار

مہابھوتوں کی صورتیں اختیار کرتی ہے۔ ہر انولوم پر نیام یعنی سیدھا ارتقا کہلاتا ہے اس پر نیام میں علت میں سے معلول کو نکالا جاتا ہے۔ اسکا مخالف پر نیام پرستی کہلاتی ہے۔ مثلاً مہابھوت اندریاں اور من کوئی چیز نہیں ہے۔ صرف اہنکا کی بدلی ہوئی صورت ہے۔ اہنکار پتہ بھی کی بدلی ہوئی صورت ہے اور یہی پرکرتی کی اس طرح ایک پرکرتی رہ جاتی ہے۔ یہ جڑ ہے اور سب تبدیلی اس میں ہے۔ میں گیان سروپ پرش یا آتما ہوں اور پرکرتی کی تبدیلیوں سے لیسیا یا انہیں ہوں۔ جتنی اس بچار کی بھادنا مضبوط ہوتی جائیگی۔ اتنا ہی جیت کا ناش ہو جائیگا اور ساتھ ہی کلیش بھی جو دوسنا روپ میں دور ہوتے چلے جائیں گے۔

۳۔ دھیان۔ ان کلیشوں کے دور کرنے میں کام آتا ہے جو دوسنا روپ نہیں رہے ہیں۔ بلکہ برتیوں کی صورت میں ظاہر ہو کر سکھ دکھ سوہ وغیرہ پیدا کرتے ہیں۔ اور اس واسطے سادھی لگانے میں حرج ڈالتے ہیں ان کا علاج دھیان سے جیت کو ایک آگ یا کیسو کرنا ہے۔ دھیان کے طریقے پہلے بتائے جا چکے ہیں۔ اس واسطے یہاں نہیں دئے گئے۔

ساتویں فصل کرم اور ان کا علاج

کلیش صرف تکلف دینے والی اور سادھی میں خلل ڈالنے والی چیزیں ہی نہیں ہیں بلکہ کرموں کی بھی جڑیں ہیں۔ چونکہ پرکرتی اور پرش دونوں انا دی ہیں اور انکی کار یہ ان کا تعلق بھی انا دی ہے۔ اس واسطے ہر پرش سے کرم بھی انا دی

اور اوکیت کو آتنا ماننا ہے۔

۲۱۔ ایشیتا کو مودہ کا نام دیتے ہیں۔ یہ یوگی گارائن صورتوں کو آتھا مانتا ہے جو نہ اس

سیدھے جسموں اور شکفتوں۔ مثلاً ایشیتا ہوا وغیرہ سے وہ دھارن کیا کرتا ہے۔

۲۲۔ راک کو ہوا مودہ کہتے ہیں۔ یہ یوگی کا ان سوکشم شکلوں میں محو ہوتا ہے۔ جو

سیدھی حال کر کے اونچے طبقوں میں اسے محسوس ہوا کرتے ہیں۔

۲۳۔ دولیش کو تاشکر کہتے ہیں۔ یہ اسوقت پیدا ہوتا ہے کہ یوگی سب چیزوں پر ایشیتا

یا قدرت حاصل کرنی چاہتا ہے۔ مگر موانع اور رکاوٹیں ہیں کہ نہیں ہونے دیتیں۔

۲۴۔ ابھی نولیش کو اندھ تاشکر کہتے ہیں۔ یہ اس بات کا خوف ہوتا ہے کہ جو سیدھی

حاصل ہو گئی ہیں وہ جاتی نہ رہیں اور میں کورے کا کورانہ رہ جاؤں۔

بیان بالا سے ظاہر ہے کہ کیا نیچے اور کیا اونچے درجوں میں یوگی کو کلیش رونے

کرتے رہتے ہیں۔ اس واسطے سعی و کوشش کر کے ان کا علاج کرنا چاہئے۔ علاج

بھگوان شیطین تین بتائے ہیں کہ بالوگ۔ مطلق مخالف۔ دھیان

۱۔ کر بالوگ۔ اس میں تب مطالعہ اور ایشور پر بندھان داخل ہیں۔ ان پریم

نیوں کے باب میں بہت کچھ لکھا جا چکا ہے اس واسطے یہاں اعادہ کرنے کی

ضرورت نہیں ہے۔ کر بالوگ میں اصول یہ مضمر ہے کہ اس سے خالات سدھرتے

ہیں اور قابض مدافنی ہوتا ہے۔ اس لئے کلیشوں کو بھی دور کرتا ہے سادھی

کی بھاونام میں بھی مددگار ثابت ہوتا ہے۔

۲۔ طریق مخالف۔ سوکشم کلیشوں کے دور کرنے میں بکار آمد ہے۔ سوکشم

کلیش اسنادوں کی صورت میں رہتے ہیں یعنی ہنوز انہیں موقع اظہار نہیں ملتا ہے

علاج کا طریق ہے کہ جس ترتیب سے وہ پیدا ہوئے ہیں۔ اسکی مخالف ترتیب سوچ

سوچ کر انہیں خالص سے نکالا جائے۔ پر کرنی بہت اہنگار من اندریوں اور

بر کرتی نہ ہو گی یہیں ٹھہر جاتا ہے آتا تک اس کی رسائی نہیں ہو سکتی۔
 اسی لحاظ سے کہا گیا ہے کہ پر کرتی لے یوگیوں کو سنار ہی ہوتا ہے۔ اس
 کلیش کو دور رکھ کے ایسا شدھ سروپ پیچا تیاوگ کی اعلیٰ معراج ہے۔
 ۴۔ راگ پارمہریتا شکھ کے پیچھے پیچھے آنے والی چیز ہے۔ اُدی شکھ کو
 محسوس کرتا ہے اور ان سادھنوں کی جن سے شکھ پیدا ہوا ہے یاد
 آیا کرتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ طبیعت جاہتی ہے۔ وہی شکھ پھر نصیب
 ہو۔ یہ شکھ کی طرف بعد کی کشش رغبت کہلاتی ہے۔

۵۔ دویش یا نفہرنت۔ دکھ کے پیچھے پیچھے آنے والی چیز ہے۔ اُدی
 دکھ محسوس کرتا ہے تو دکھ کی اور ان سادھنوں کی جن سے دکھ پیدا ہوا
 ہے یاد آتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ طبیعت جاہتی ہے وہ دکھ پھر نصیب نہ ہو یہ
 دکھ سے بچے رہنے کی خواہش نفرت کہلاتی ہے۔

۶۔ ابھی نویش یا محبت زندگی۔ نہایت ہی بڑا اور چیز ہے۔ اسی واسطے
 داناؤں سے بھی یہ تعلق روکے نہیں سکتا۔ وجہ یہ ہے کہ کیا جانور کیا اُدی
 اور کیا دیو ناس نے آواگون میں جنم پر جنم پائے ہیں اور مرنے کی تکلیف
 اٹھانی ہے۔ اس واسطے یہ سخت تعلق سب کے ذہن میں بیٹھ گیا ہے کہ جسم
 جدائی تکلیف کا باعث ہے۔ کبھی نہ ہو ہرگز نہ ہو۔ اسی خوف مرگ کے باعث محبت
 زندگی کو ابھی نویش یا تعلق سخت کہا جاتا ہے۔ یہ جگر سے جگر کیرے سے لگا کر
 دیتاؤں تک کیا برہا۔ یکساں ہے۔ کسی کو اس سے نجات نہیں ہے۔

یہ پانچ کلیش ہیں۔ ان کے نام اور خصوصیتیں اور بھی ہیں جن کا مفصل بیان
 میری کتاب فلسفہ سائنس میں دیا ہوا ہے۔ یہاں مختصر بیان دیتا ہوں۔
 ۱۔ ابدیا کو تمس بھی کہتے ہیں۔ یہ انا تم چیزوں یعنی تواتراؤں۔ اشکار۔ مہنت۔

اس گو کے گھڑے کو پاک سمجھ کر جو ادویوں کے سایے پڑنے تک ہے بھاگتے ہیں و جہل میں مبتلا ہیں۔ دیکھ کو شکھ سمجھنا جہل ہے۔ مگر بشیوں کا شکھ جو انجام میں نہایت ہی دکھ دینے والا ہے جہل سے شکھ سمجھا رہا ہے۔ انا تم چیز میں جسم خاکی پر ان اندریاں من اور بیدھی ہیں۔ مگر جہل سے آدمی انہیں اتنا سمجھ رہا ہے۔ ایک کہتا ہے "میں" دہلا یا موٹا ہوں۔ یہ جسم کو اتنا سمجھا ہے۔ دوسرا کہتا ہے "میں" گزور یا طاقتور ہوں۔ یہ پران کو اتنا سمجھا ہے تیسرا کہتا ہے "میں" اندھا بہر الولا یا لنگڑا ہوں۔ یہ اندریوں کو اتنا سمجھا ہے۔ جو تھا کہتا ہے۔ "میں" دانا یا نادان ہوں۔ یہ من کو اتنا سمجھا ہے۔ پر کرتی نے جو گی بیدھی کو اتنا سمجھ کر آگے ترقی نہیں کر سکا کرتے۔

۲۔ اہمیت یا انا مشیت۔ عالم اور قوت علم کو ایک جانا ہے۔ عالم حقیقت میں برت ہے جو گیان سرور یعنی جیتن ہے۔ اسکا عکس چیتن میں اس لئے پڑتا ہے کہ چیت ستو گن کا کاریہ ہونے سے مصفا ہے اور عکس قبول کر سکتا ہے۔ چیت مختلف قسم کی صورتیں اختیار کرتا ہے مثلاً بیرونی اشیا کی شکھ کی دکھ کی۔ ان صورتوں یا برتیوں میں جیتن کا عکس پڑتا ہے تو ہمیں گیان ہوتا ہے کہ یہ فلاں شے ہے۔ غرض چیت کی برتی گیان یا علم کہلاتی ہے۔ حالانکہ یہ برتی جڑ ہے۔ گیان نہیں ہے۔ جہاں برتی صرف بیدھی کی ہے۔ وہاں جو نکر فردیت نہیں ہے۔ یہ برتی صرف اہمیت یا میں ہونے کی صورت اختیار کرتی۔ جیسے گہری نیند سے اٹھ کر آدمی کو احساس ہوا کرتا ہے اور جس کا ذکر ہم سابقہ حصہ کے چھپن تتووں میں کر آئے ہیں۔ یہاں میں کا اطلاقی بیدھی پر ہو رہا ہے نہ کہ شدھ گیان سرور پرش پر۔ اس واسطے یہ اہمیت یا جہل کی جی صورت ہے اور اس واسطے کلیشوں ہی میں داخل ہے۔

یہ تعداد میں پانچ ہیں۔ اید یا اچل۔ استیا یا ایت۔ ایک یا عبت۔ ریش
یا نعت۔ اسی نویش یا محنت زندگی۔ ان میں سے پہلے باقی چاروں کی جڑ ہے۔
وہ خواہید ہوں۔ پکے ہوں۔ زبے ہوئے ہوں۔ یا رزور۔ ہوں +
"خواہد" وہ کلش میں کہ چت میں موجود تو ہیں لیکن اسباب بہتر پہنچنے
سے اپنا کام نہیں کر سکتے۔ یہ حالت بچے کی خواہش کی ہے۔ اس کے نفس میں سب
کلش واسنایوں کی صورت میں موجود ہوتے ہیں۔ لیکن جو اسباب انہما ہوں
موجود نہیں ہوتے۔ اس واسطے خواہید حالت میں رہتے ہیں "پکے" وہ میں جو اپنے
اخذ اور کی بھادنا سے طاقت نہیں پکڑنے پاتے بلکہ چت میں غنی صورت میں
موجود رہتے ہیں۔ مثلاً دنیا کی خواہش ہو اس کا خیال عورت پر مبنی ہے سیرال کی بھادنا
سے لپکا ہو جاتا ہے لیکن اسباب پیدا ہونے سے بھر چت میں عود کر آتا ہے۔ بچے
وہ ہیں کہ زیادہ طاقتور کلش نہیں سہ نہیں بھارنے دیتے۔ مثلاً جو وقت میں
رغبت کا زور ہے نفرت دب جاتی ہے۔ مگر رہتی ضرور ہے اور اسباب موجود
ہونے پر نمایاں ہو جاتی ہے۔ رزور وہ ہیں جو موافق اسباب پا کر اپنا زور دکھاتے
ہیں۔ مثلاً لوگی کا سادھی سے اٹھا جو محض کلشوں ہی کی وجہ سے دھیان کا
چھوٹنا ہے۔ اب ایک ایک کلش کو لیتے جاتے اور اس کی مائیت دیکھتے جاتے
۱۔ اید یا اچل۔ نفی علم یعنی گیان نہ ہونے کا نام نہیں ہے جو محض عدم یا
نیستی ہے۔ بلکہ اور برائیوں کی طرح چت کی ایک مثبت برتی ہے جس کی خصوصیت
یہ ہے کہ چیز کچھ اور ہے اور اس کو سمجھ لیا کچھ اور۔ بھگوان تیجلی اس کی چار صورتیں
دینے ہیں۔ ناپا سدار۔ نایاک۔ رکھ۔ اور انا تم چیزوں کو یا سدار۔ پاک۔
مسکھ۔ اور آتما سمجھ لینا اید یا ہے۔ مثلاً دینا ناپا سدار ہے۔ اس میں ایسے کام
اٹھا ماگو یا ہیں یہاں ہمیشہ رہنا ہے۔ اید یا اچل ہے جسم نایاک ہے۔

اُسی کے چھان سے اُس شخص کو حملہ ترس کا ٹھہرا و حال ہو سکتا ہے۔ بعض من کے اندر چاند دیکھتے ہیں۔ بعض آنکھوں کے سامنے یا دھوپوں و درمیں نار دیکھتے ہیں بعض خاص جگر و یا خاص نائریوں میں خاص نما سے دیکھتے ہیں یا خاص آوازیں سنتے ہیں۔ بعض ایشٹ دلو یا گورو کی مورتی کا دھیان کرنے ہیں۔ دھیان کے یہ سب طریقے من کو ٹھہرا و بخشنے والے ہیں۔ اور ان میں سے کسی ایک مرغوب و مطبوع طریق کو اپنا دستِ اقل بنانے سے آدمی بہت جلد ترقی کر سکتا ہے۔

جن من متا منانتہ میں سب کو ایک لکڑی یا لکا جاتا ہے یا جو ش و حرم اپنی جہالت سے لوگوں کو دھیان سے خاص طریقوں سے پٹانے میں اور اسے ہی عقاید و مہیمہ کا پابند ہر شخص کو بنا با چاہتے ہیں۔ کہ انہیں کس سب ماشیں۔ وہ بڑی بھاری غلطی کر رہے ہیں۔ وہ اپنی ہی راہ ترقی اپنے انتہیات اور جہالت سے بند نہیں کر رہے ہیں۔ بلکہ اوروں کے لئے بھی سخت سد راہ ہو رہے ہیں۔ دنیا میں کوئی خدائی ٹھیکہ دار نہیں ہو سکتا۔ ہر شخص اپنی آزادی اپنے ساتھ لایا ہے جس طرح چاہے اوپر اٹھے۔ یہ قدرنی آزادی کسی کو اس سے چھیننے کا استحقاق حاصل نہیں ہے۔

چھٹی فصل کلبش اور ان کا علاج

کلبش تکلیف پہنچانے والی چیزوں کو کہتے ہیں۔ چونکہ بہ مادھی میں مارج ہوتے ہیں اور ان سے تکلیف پہنچتی ہے۔ اس واسطے انہیں کلبش کا نام دیا جاتا ہے۔

چیت کا نالی ہونا مشکل امر ہے اس واسطے شایع لوگ بے خواہش چیت سے بے خواہش
چیت آدمی راہ لیتے ہیں۔ مثلاً رام کرشن وسشت و بان خیرہ۔ ان مہاتماؤنکا دھیان
چیت کا اضطراب دور کر کے اُسے ٹھیرا دینا چاہتا ہے +

۷۔ سوٹن انو کھیو۔ عالم بیداری میں بہ دھیان کرتے رہنا کہ ہم خواب دیکھ رہے
ہیں اور عالم بیداری کی دُنيا خواب کا عالم با خواب کی کائنات ہے۔ پس انو کھیو
کہلاتا ہے۔ دھیان کرتے کرتے دُنياے کشیف کتیف نہیں رہتی۔ بلکہ عالم خواب
کی طرح لطیف ہو جاتی ہے اور باعث کلفت نہیں رہا کرتی۔ اس کا کمال یہ ہے
کہ نقشہ خواب بھی رفتہ رفتہ اُٹ جائے اور مشیتی کی حالت بیداری میں طاری ہونے
لگے۔ بہ دونوں ابھیاس و مدائی لوگ کا کرتے ہیں اور ان کے ذریعے سے چیت کا
بشرام چال کرنے میں ہے +

۸۔ من چیتی چیر کما دھیان۔ ناظرین کو خیال رہے کہ لمبا لیج انسانی مختلف ہیں
اس لئے مختلف آدمیوں کی خواہشیں اور پسندیں بھی مجید جُدا ہیں۔ سب کے لئے
دھیان کا نہ ایک طریق کھا جاسکتا ہے۔ نہ سب کو ایک لکڑی ہانکا جاسکتا ہے۔
ہر شخص کو ایک لکڑی ہانکنا ہر ایک کے لئے دھیان کو ناممکنات میں داخل کرنا ہے۔
ہاں جو طریق جیسے مطبوع و مرغوب ہے اس کے مطابق وہ شخص دھیان کیا کرے
تو چیت جلد ترسخہ ہونے لگتا ہے۔ یہ اختلاف طبائع اور اختلاف درجہاں رجوانی
ترقی صرف ہندو دھرم میں پیدا نا گیا ہے۔ اور کسی مذہب و ملت میں نہیں ملتا
سب کو یہی ایک لکڑی ہانکتے ہیں۔ اسی وجہ سے اور ممالک میں مذہب کی
طرف سے بے دینی و بے اعتقادی پھیلتی جاتی ہے +

اسی اصول کو ذہن میں رکھ کر بھگوان جینجی۔ جو لوگ اچار یاہ اور طبع
انسانی کے رموز سے واقف فلسفی ہیں۔ کہتے ہیں کہ جو جس کی من چیتی چیز ہے

۱۔ مہطرب کا ڈور کر کے والا اور من کا ٹھیرا یہ یاد کرنے والا ہے۔ طریقہ یہ ہے۔
 چیت کہ ہر قسم کے خیالات سے خالی کرو۔ ظاہر ہے کہ جب خیالات سے خالی ہو گیا
 تو چیت کا جو سر دپ ہے اسی سے اس کا اوجھ بھی ہو گا۔ چیت سنوگن کا کارہ ہے
 جس کے فاسے پر کاش اور آندریں۔ جیت خالی ہونے پر انہیں پر کاش اور
 آندہ کا اوجھ بھی ہونے لگے گا۔ اس میں تک نہیں کہ بے سہارے چیت کا
 خالی کرنا سخت دیکھ کا کام ہے اس واسطے آجاریوں نے سہارے رکھے ہیں۔
 یعنی دل کو آٹھ پتوں والا کل مانا ہے جس کا رخ بچے کی طرف رہا ہے۔ سالن کے
 باہر نکالے کے ساتھ دھیان بہ کرنا چاہئے کہ اس کا رخ اوپر کو ہوا۔ اس طرح
 دھیان کرنے کے چیت ششہن ناڑی میں داخل ہو گا اور اسے چاند سوچ
 کی سی روشنی اور سرور و سرور میں ہونے لگے گا۔ چیت کا پُر نور و سرور اوجھو کہنا
 ہے۔ یہی حالت ایک اور طریق سے بہم پہنچائی جاتی ہے جس کا ذکر ایشیت دیں میں
 آتا ہے یعنی دل کو اندرونی نگاہ سے اس طرح دیکھتے ہیں کہ یہ خلا والا اکاش
 ہے۔ اور اس میں سوج چاندنا رہے وغیرہ روشن ہیں۔ ایتھیاں کرنے سے غضب
 میں بھی نظر رہو نہا بھی ہونے لگتا ہے۔ اور مہطرب کی بجائے چب شانتی اور

بیشرام حاصل کرتا ہے۔

۲۔ بچے خواہش چیت اوجھو۔ اوپر جو ایتھاس بیان ہوا۔ اسی کی دہر
 صورت یہ ہے۔ کہ چیت بے شک سنوگن کا کارہ ہے۔ مگر سنوگن صرف
 پر دھان ہے۔ رجوگن اور تموگن بھی گود بے ہوئے ہیں مگر موجود ضرور ہیں۔
 انہیں سے خواہشات اٹھا کرتی ہیں۔ دھیان یہ کہو کہ چیت میں رجوگن تموگن
 نہ رہنے سے کوئی خواہش نہیں رہی ہے اور وہ تمام خواہشات سے خالی ہے۔
 اس طرح چیت خالی ہو گیا تو نور و سرور کا اوجھو بہم پہنچا۔ یہاں بھی جو کہ بے سہارے

اں اخلاقی اصول کو جو شخص اپنا دستور العمل بنا کر عمل میں لاتا ہے وہ جلد ترقیت پیر سادھی صفا سے قلب متاہل کر لیتا ہے جو سادھی کا قدم اول ہے بھگوان کرشن گیتا میں فرماتے ہیں :-

یا نے ہی صفا سے قلب یہ ہے دستور :- سب کچھ اور درد ہوتا ہے دل سے زور دل جس کا ہو گا مصفا وہ شخص :- ہو جاتا ہے جلد نایم متاہل ضرور ۳۔ پیرانا نام۔ پیرانا نام کا اتھواس بھی جیتا کے ٹھیرا میں بہت ہی کارآمد ثابت ہوا کرتا ہے۔ اس کا مفصل بیان پہلے ہو چکا ہے اس واسطے یہاں کچھ اور لکھنے کی ضرورت نہیں :-

۴۔ پیشے کا انوبھو :- پیشہ مانج ہیں۔ گندھرس روپ سیرش اور شبہ۔ اں کا بیان سانکھد کے پچیس تتووں میں دیکھو۔ ان کا انوبھو یا احساس سطح کیا جاتا ہے۔ ناک کے اگلے حصے میں یہ دھیان کرتے ہیں کہ خاص خوشبو آ رہی ہے۔ کچھ عرصے کے اتھواس سے وہ خوشبو حقیقت میں آنے لگتی ہے۔ پیریشے کا انوبھو ہے۔ جہاں ہونے لگا۔ اضطراب قلب دور ہو جاتا ہے اور توجہ کمزور ہونے کی وجہ سے تسکین اور شانتی رونما ہونے لگتی ہے۔ اسی طرح زبان کے اگلے حصے میں خاص ذائقے کا۔ تالو کے اگلے حصے میں یا آنکھوں کے سامنے یا بھوؤں کے پچوں بیچ کسی خاص روپ یا صورت کا۔ زبان کے بیچ کے حصے میں سیرش یا لس کا۔ اور زبان کی جڑ میں یا کانوں میں یا خاص حصہ ہاے جسم میں خاص خاص شبہوں کا انوبھو پیدا کیا جاتا ہے۔ اور چونکہ اضطراب کی جگہ من کو ان انوبھوؤں یا احساسوں کی طرف متوجہ رکھا جاتا ہے۔ اسلئے دکشیہ ہونے نہیں پاتا۔ بلکہ جیتا یکسو اور شانت رہا کرتا ہے :-

۵۔ پیر نور و سرور چیتا انوبھو :- پیشے انوبھو کی بجائے چیتا کا انوبھو بھی

اُنک میں جلنے لگتا ہے کہ ہاے یہ تو ایسا خوش اور پس یہ بات نصیب نہیں۔ یکدم
 دکھی دیکھتا ہے تو سوچ و ناخوشی کا نظارہ اپنی نظر سے ہٹانے کے واسطے اُس سے
 بھاگنا چاہتا ہے۔ یا بنگوں کو دیکھتا ہے تو چونکہ اپنی ذات میں یہ وصف نہیں
 یا اس لئے اُن سے گڑھتا ہے۔ یا بدوں کو دیکھتا ہے تو اُن کی تقلید
 کرنے سے خود بھی بُری عادتیں اختیار کر لیتا ہے۔ چاروں باتیں ایسی ہیں
 کہ من کو اشناخت اور مضطرب رکھتی ہیں اور بکسو نہیں ہونے دیتیں۔ بھگوان
 یتنہی ان چاروں کے علاج بتاتے ہیں۔ ان سنہری اصولوں پر عمل کر کیا جاوے
 تو آدمی کی زندگی سدھر جائے۔ اور اشناختی کی بجائے شامی رونما ہو کر قلب بکسو
 رہنے کی عادت بہم پہنچا جائے۔

۱۔ کسی کو کبھی دیکھو تو خدا کرنے اور کڑھنے کی بجائے اُس کے ساتھ ہم آہنگی کرو
 یعنی چسپاؤہ خوش ہے اسی طرح تم بھی خوشی کا اظہار کرو۔ اول اول طبیعت پر
 جبر کرنا پڑے گا۔ رفتہ رفتہ حسد کی خراب عادت چھوٹ جائے گی اور نرم و مروت
 خوشی دیکھ کر حقیقت میں نہ دل سے خوش ہونے لگے۔ جو نہایت شامی
 و ایک حادثہ ہے۔

۲۔ اسی طرح دیکھیں کہ دیکھو تو اُن سے پہلو بچاؤ اور بھاگو نہیں۔ بلکہ یہ عادت
 ڈالو کہ ہر شخص کا دکھ دیکھ کر تمہارے دل میں رحم یا دیا جوش مارنے لگے کہ
 ہم کس طرح اس کا دکھ دور کریں۔

۳۔ بنگوں کو دیکھ کر تمہیں اندرونی خوشی ہونی چاہیے اور کتنی ہی قربانی کیوں
 نہ کرنی پڑے اُن کے قصوں پر چلنا چاہئے۔

۴۔ اس کے برعکس اگر ہو سکے تو بدوں کی بدی کا علاج مستحق طریق سے کرنا
 چاہئے۔ نہ ہو سکے تو اُن سے بے پردائی برتنی چاہئے۔ نہ کہ اُن کی تقلید کرنی۔

ہونے دیا کرتیں۔ سادھی کے طالب کے واسطے ان کا علاج کرنا از بس ضروری ہے۔ بھگوان شیخی علاج کے واسطے متعدد ابھیاں یا مشقیں بتاتے ہیں۔ اب ہم ان کی تشریح شروع کرتے ہیں۔ چونکہ ان سے بچاؤ ٹھیکر اور چال پڑتا ہے۔ اس واسطے نہیں بھی سادھی کی سیلیں ہی شمار کرنا چاہئے۔

۱۔ ایک تنو کا ابھیاں۔ مضطرب حیت میں ٹھہرا پیدا کرنے کے لئے ضرور ہے کہ اضطراب پیدا کرنے والے خیالات کی طرف سے چت کو ہٹاؤ اور ایک تنو کا دھیان کرو۔ تنو کے معنوں میں اختلاف ہے۔ راجہ بھوج اپنی برتی میں ایک تنو کے معنی یہ دیتے ہیں کہ سالک کیسے تین تنوؤں میں سے آدمی کسی ایک تنو کا ابھیاں کیا کرے جو اس کی سمجھ میں بیٹھا ہے اور چت کو مرغوب و مطبوع ہے۔ بھگوان ویاس اپنے بھاشہ میں ایک تنو سے ایشور مراد لیتے ہیں نفس مطلب دونوں کا ایک ہے اور وہ یہ ہے کہ اضطراب پیدا کرنے والے خیالات کو چت میں داخل نہ ہونے دو۔ ہوں تو سعی و کوشش کے ساتھ نکالو۔ اور کسی ایک چیز خاص کا دھیان کیا کرو۔ چونکہ دھیان اس ایک چیز کا ہوگا۔ لہذا مضطرب کرنے والے خیالات کی طرف نہیں جانے پائیگا۔ جتنی زیادہ مشق تکرار و عادے سے ہوتی جائیگی۔ اتنی ہی اضطراب اور شائنی کی جگہ کیسوی اور شائنی کی عادت پڑتی جائیگی۔ یہ عادت سنکم ہو کر سادھی پر جا کر ختم ہوگی۔

۲۔ اخلاقی برتاؤ۔ شکھ وکھ اور نیکی بری کے ساتھ ہم آہنگی رجم ہوئی اور بے پروائی برتنے سے چت میں شائنی اور ٹھیکر آیا کرتا ہے۔ یہ علی اخلاقی اصول ہیں۔ جو اضطراب کی وجوہات بھی بتاتے ہیں اور ان کے دور کرنے کا طریق بھی۔ انسان کا قاعدہ ہے کہ کسی کو شکھی دیکھتا ہے تو حسد کی

شک - بے پروائی - آلکس - ہوا و ہوس - مخالطہ - مقام پر نہ پہنچنا - بے شاتی -
 دیکھ - من کا ٹھیراؤ نہ ہونا - گھبراہٹ اور آنے جاتے سانس - بہتر ہو گا کہ ان
 الفاظ کے معنی بھی کھول دے جائیں - چنانچہ میں ایسے یوگ درشن کی شرح
 سے مختصر معنی یہاں نقل کرتا ہوں :

بیماری غلطوں کی ناہمواری کا نام ہے یعنی جسم میں صفرا و سودا وغیرہ کا
 کم و بیش ہو جانا اور اس سے بخار، زکام کھانسی وغیرہ ہو جاتی - کچھری وہ
 حالت نفس ہے جس میں چیت کام یعنی اتھیساس اور دھیان وغیرہ سے بھاگتا
 ہے - شک دو پہلو والی برتنی کو کہتے ہیں کہ آیا یہ بات یوں ہے یا وہیں - بھگون
 کرش نے گستاخ کہا ہے کہ تین آدمیوں کا نامس جایا کرتا ہے - جاہل کا بے
 اعتقاد کا اور شکی کا - تے پروائی سادھی کے سادھنوں میں شوق کا نہ ہونا
 ہے - مخالطہ چیز کے کچھ جان لینے کو کہتے ہیں جیسے نفس کی حالت کچھ ہے -
 اور سمجھ بیٹھ کچھ اور - مقام پر نہ پہنچنے کے یہ معنی ہیں کہ خاص باعثوں سے خاص
 درجوں پر نہ پہنچنا - تے نباتی وہ ہے کہ درجہ خاص پر آدمی پہنچے تو ہسی مگر وہاں
 ٹھیراؤ نصیب نہ ہو - دیکھ چیت کا ارجسی پر نیام ہے اور اس سے ناخوشگوری
 محسوس ہو ا کرتی ہے - من کے ٹھیراؤ نہ ہونے کے باعث بیرونی اسباب بھی
 ہو ا کرتے ہیں اور اندرونی بھی - ان کا مفصل بیان ہم آسنوں کے متعلقات
 میں لکھ آئے ہیں - گھبراہٹ سے اعضاے جسم کا پینے لگتے ہیں اور آسن
 نہیں جتنا - اندر آتے جاتے سانس دھیان جانے میں حاج ثابت ہو ا کرتے
 ہیں - رہ رہ کر دھیان ان کی طرف جاتا ہے اور جس شے پر جاتا ہے اُس پر
 نہیں جتا :

یہ کشیب یعنی اضطراب کی حالتیں ہیں جو چیت کو مستقر یعنی یکسو نہیں

بھی پُرش کے درشن نہیں کئے ہیں گو بہ لوگ بدھیوں سے اونچی حالت کو پہنچ گئے ہیں۔ ان کا قیام پر کرتی میں کلپ کے آخر تک رہیگا۔
 غرض بدھیوں اور پر کرتی نے یوگیوں کی سادھی سنار کا باعث ہے۔ ان کے خلات اور لوگوں کی سادھی کا سبب اعتقاد اور حافظہ بکثائی اور علم کے ساتھ ہوتا ہے۔ اعتقاد کے یہ معنی ہیں کہ فرزندگی طبع کے ساتھ انہیں لوگ پر بھر وسا ہو کہ اس کی برکت سے ہم موکش بد کو پہنچینگے۔ اس اعتقاد کا نتیجہ یہ ہوگا کہ نور یعنی شوق اور اقسا سے وہ لوگ میں مصروف رہیں گے۔ یہ ذوق شوق انہیں یا دولا تا رہیگا کہ پہلی ترقی تکتی کر آئے ہیں اور اب کسنی اور کرتی ہے۔ اس حافظے سے یکسوئی نفس میں مدد ملیگی۔ اور وہ یکسوئی میں نرقی کرتے جلتے جائیں گے۔ یکسوئی سے یہ علم یا تمیز نصیب ہوگی کہ بدلنے والی صورتیں جتنی ہیں وہ پر کرتی کی ہیں۔ اور ہم نہ بدلنے والے گیان سرور پُرش ہیں۔ اس طرح پریم میراگ پیدا ہوگا۔ اور وہ اسمیر گیا سادھی کے درجہ بلند پر پہنچ جائیں گے۔ جو موکش پر ہے۔ جہاں سے بازگشت نہیں ہے۔ یعنی بدھیہ اور پر کرتی نے یوگیوں کی طرح انکی سادھی کا باعث سنار نہیں ہے۔ بلکہ موکش ہے۔

پانچویں فصل وکشیپ اور انکا علاج

سادھی ہم پہنچنے میں وکشیپ یعنی من کی چنچلتا یا اضطراب قلب خارج ہو کر تا ہے۔ اس اضطراب کے باعث مندرجہ ذیل ہیں۔ بیاری۔ بھوری۔

وجہ یہ ہے کہ سپر گیات کے چاروں درجوں میں سوکھ سستھول کی سب برتیاں آگئیں۔ اب سپر گیات کو بھی روکا گیا تو سب کا بڑا دھ قدرنا ہو گیا۔ برکرتی کے تماشے ختم ہوئے اور تپش یا ناظر جو شددھ گیان سرورپ ہے۔ اپنی ذات میں قیام نصیب ہو گیا۔

تیز ذوق آدھیوں کے واسطے سادھی قرب تر ہے۔ ذوق وہ جذبہ ہے جس سے اکوی ہمتن کو شش میں مصروف ہو کر رہتا ہے اور دل میں آگ لگی ہوتی ہے کہ سطح میں سادھی ملاحظہ کروں۔ اس حالت میں ظاہر ہے کہ ایتھیا میں سستی بلیغ کر گیا اور جلد تر سادھی کی حالت ہم پہنچا لیتا۔ مگر اس ذوق میں کم متوسط اور اعلیٰ تین درجے ہو کر رہیں جس درجے کا جکا ذوق ہے اسی درجے کے مطابق اس کو جلد تر یا کچھ دیر میں سادھی ہم پہنچائی۔

ان دونوں قبیلوں کی سادھیوں کے متعلق دو امور اور ذہن میں رکھنے چاہئیں۔ سادھی چونکہ سنکار روپ ہے اس واسطے ظاہر ہے کہ جس درجے تک جس نے ترقی کی ہے۔ اسی درجے کے سنکار اس کے جیت میں رہیں گے۔ بدہیوں کا ذکر اوپر آچکا ہے۔ یہ لوگ مہا بھوتات نمواتراؤں اور اندر لوں کے شغف طبقوں سے اوپر نہیں چڑھ سکتے۔ اسی لئے انہیں لطیف طبقوں کے سنکار ان کے منوں میں رہیں گے۔ یعنی مرکبہ انہیں لوگوں میں رہیں گے اور ادھکار پاکر وہاں کام کرتے رہیں گے یا اس دنیا میں خاص کاموں کے واسطے اوتاروں کی طرح آتے رہیں گے۔ غرض ان کی سادھی سنساری پیدا کرنے کا باعث بنیگی۔ مہا بھوتات نمواتراؤں وغیرہ کے طبقے پتری لوک سورگ لوگ وغیرہ کہلاتے ہیں۔ ان کا مقفل اور دلچسپ حال میری کتاب چل مدوش میں دیکھو۔ اس مختصر میں اس کے دینے کی گنجائش نہیں ہے۔ برکرتی کے لوگوں

پیدا ہوتی ہے۔ جو نہ نہ رو دھ کی سرتی کے سوا اس میں کچھ اور ہے نہیں ہوتا
یوں سمجھ لو کہ یہ حالت نفس محض سنکا۔ سو ب ہے اور چونکہ ٹیرش اور پر کرتی
کی تہر سے ہم پہنچتی ہے۔ اس واسطے ٹیرش کے مستندھ سروپ کے انہ بھو کرنے
سے بر کرتی کے تماشوں سے پر م ہیراگ ہوتا ہے۔ یہ ہیراگ ہی اس سادھی
کی علت جاتی ہے۔

تربک والی سادھی میں دھیان تین چیزوں پر دیا جاتا ہے۔ مثلاً
لفظ مہا بھوت۔ شے مہا بھوت۔ اور مہا بھوت کے گیان کی برتی۔ بے ترک
دالی سادھی میں لفظ اور گیان کی برتی تک ہو جاتی ہے اور نقطہ دھیان
کی ہوئی چیز باقی رہ جاتی ہے۔ یہی دونوں ماقبے بچار اور بے بچار والی
سادھی پر بھی عاید ہیں۔ ان سادھیوں کی سرمدھات بھوتوں سے ہوتی ہے
اور انتہا سادھا و ستھا والی پر کرتی ہے۔ ان سب میں بے بچار والی سادھی
کا درجہ بڑا ہے۔ اس کی صاف ہونے پر قلب صافی ہو جاتا ہے۔ خلل کشی
وغیرہ سب سے ہو جاتے ہیں۔ جیت کے بر ساد کی حالت ہم پہنچتی ہے اور عقل معدوم
آگین ہو جاتی ہے۔ یہی گیان کشف کے طور پر ہونے لگتا ہے۔ یر تکش الومان
آگم وغیرہ بر مانوں سے جو گیان ہوا کرتا ہے وہ اظہار کو اجناس میں داخل کر نیے
ہوتا ہے۔ یہاں عقل میں صفا کا وہ نور پیدا ہو جاتا ہے کہ بلا لحاظ نوع و جنس
چھوٹی سے چھوٹی کا حقہ ویسی ہی نظر آتی ہے جیسی وہ حقیقت میں ہے۔
سادھی کھلنے پر بھی یہاں درجے کے سنکار باقی رہتے ہیں اور گو بیداری میں
ایسا یوگی مہولی آدموں کی طرح اشیا کا گیان کرتا ہے مگر اس گیان کے
سنکار اسکی سادھی کے سنکاروں کو دبا نہیں سکتے۔ بہ حالت نفس بھی روکی
جائے تو سب کا نرو دھ ہو جانے پر نریج یا نریکلپ سادھی ہم پہنچتی ہے۔

صرف ہستی محض باقی رہتی ہے۔ اور یوگی کی کوشش یہ ہوتی ہے کہ پرش کو
پر کرتی سے تیز کرے۔ اس واسطے یہاں "عالم" یعنی گمان سر وپ پرش
بڑی چیز ہے *

اس سے بھی صاف تر الفاظ میں یوں سمجھو کہ دھیان جانا کے چار
درجے ہوا کرتے ہیں۔ اول کسی کثیف صورت شدہ دیوتا یا گورو کی صورت پر
دھیان جانا جاتا ہے۔ اس سے ترقی کر کے ان لطیف چیزوں کو لیا جاتا
ہے۔ جو کثیف چیزوں کی علتیں یا کارن ہیں۔ تیسرا درجہ یہ ہے کہ دھیان
آلات علم اور ان کی علتوں یا کارنوں پر جایا جاتا ہے۔ جن سے وہ حرکت
میں آتے ہیں۔ اور چوتھا درجہ یہ ہے کہ دھیان تمام علتوں کی علت یا کارن
کارن پر دیا جاتا ہے۔ جو ظاہر ہے کہ جیتن پرش ہے جس کی روشنی میں
پہ کارخانہ چل رہا ہے۔ ایک ایک درجے میں جیتی مشق یہم پہنچتی جاتے
اتس سے آگے بڑھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اس طرح آدمی اونچے
مدارج پر پہنچ جاتا ہے۔ جو لوگ مورتی یو جن یا گورو دم کا کھنڈان کرتے
رہتے ہیں۔ وہ نہ شاستر کے اصول سے یا خبر ہیں نہ روحانیت کے
رموز کو سمجھتے ہیں *

سمپرگات سادھی کو بیج یا سیکٹپ سادھی بھی کہتے۔ کیونکہ اس میں
عالم و معلوم کا فرق یا بکٹپ یا بیج رہتا ہے۔ دوسری سادھی اسمپرگات
بیج یا نربکٹپ کے نام سے پکاری جاتی ہے۔ اس میں عالم و معلوم کا
فرق اٹھ جاتا ہے۔ گویا بکٹپ یا بیج نہیں رہا اور وہ سمپرگات سادھی اپنے
سے علیحدہ کسی چیز کے جانے لگا جو فرق تھا جاتا رہا۔ صرف کتابی ہی کتابی
رہ گئی۔ اس واسطے یہ سادھی صرف سنسکار روپ ہے اور بیراگ کی مشق

تیر سے وہ اپرا گئے ہیں۔ اس سادھی کو گرہن سادھی یعنی آلہ علم کا علم کہتے ہیں۔
 اسہ کرنا آلہ علم ہے۔ اس کا سلم اس سادھی میں ہوتا ہے۔
 ۳۔ راج اور تم کالیت ساکھ نہ ہو۔ اور صرف ستو کا دھیان کیا جائے تو ظاہر ہے
 کہ صرف ہستی کا خیال باقی رہ جائیگا۔ اسے اہمنا والی سادھی کہتے ہیں۔ اسی
 کے معنی ہیں "میں ہوں"۔ لیکن رہا ہنگار نہیں ہے۔ اہنگار نیچے رہ گیا۔ پہا
 محض ہستی کا خیال ہے۔ یعنی ہادی پتھر کی طرح جڑ بنا نہیں پڑا ہے۔ بلکہ
 گیان دان ہے۔ یہ حالت اہمنا کی ہے۔ پستی یعنی گہری نیند میں آدمی کا
 حال پتھر کا سا ہوتا ہے۔ آنکھ کھلتی ہے تو وہ پتھر نہیں رہا۔ گیان دان آدمی
 ہے مگر اسے صرف اجماعی گیان ہے۔ یہ دھڑلہ ہادی اہنگاری گیان نہیں کہ
 میں کیا ہوں اور میرے گرد و پیش کیا کیا ہے۔ اس حالت کو اہمنا کہتے
 ہیں۔ اہنگار بیرونی اشیا کو معلوم کرتا ہے۔ اس کا رخ اندر کی طرف ہو
 تو ظاہر ہے کہ پر کرتی نہیں لے ہو کر ہستی محض کی طرح رہ جائیگا۔ یہ اہمنا
 ہے۔ اس سادھی کو اگر بہتری سادھی یعنی عالم کا علم اس وقت کہتے ہیں جب
 پرش کو پر کرتی سے تمیز کر کے دھیان یا بھاونا کرتے ہیں۔ جو یوگی پر کرتی
 کے اس درجے میں قائم ہیں۔ اور انہیں پرش یا ایشور کے درشن نہیں ہوتا
 وہ پتھر کرتی لے "کہلاتے ہیں +

دھیان یا غور کے ہر ایک کام میں تری یعنی تین چیزیں ہونا کرتی ہیں
 معلوم علم اور عالم۔ ترک اور بچار والی سادھی میں چونکہ سوکھم اور سخیل بشیہ نکا
 دھیان ہے اس واسطے وہاں بڑی چیز معلوم ہے۔ آئندہ والی سادھی
 میں چونکہ دھیان آلہ علم یعنی انتہہ کرن کا ہے۔ اس واسطے اس میں بڑی
 چیز علم ہے۔ اہمنا والی سادھی میں چونکہ انتہہ کرن پر کرتی میں لے ہو جاتا ہے۔

کیا جائے کہ ایک کے بعد دوسرا یہ تتو ہے۔ یہ تو لفظ ہے اور یہ اُس کے معنی ہیں اس قسم کی بھاونائیک وائیک والی سادھی کہلاتی ہے۔ ترقی پا کر ترتیب اور لفظ و معنی کی بھاونائیک ضرورت نہیں رہا کرتی۔ صرف وہ تتو بانی رہ جاتا ہے بار بجاتے ہیں۔ جن کا دھیان کیا جاتا ہے۔ اسے بے ترک والی سادھی کہتے ہیں۔ ترک کے معنی فرض یا گمان کر سنے کے ہیں۔ چونکہ یہ سادھی فرض و گمان سے ہم پہنچتی ہے کہ یہ فلاں مباحثات کا سروپ ہے۔ اور یہ فلاں کا۔ اس واسطے اسے ترک والی سادھی کہتے ہیں۔

۲۔ تتو بائیک اور اندریوں کا دھیان کیا جائے اور ان لطیف چیزوں کو شے بنا کر دیش۔ کال اور ان کے مختلف دھرموں کے لحاظ سے غور کیا جائے تو یہ بچار والی سادھی کہلاتی ہے۔ اس میں بھی ترقی پا کر دیش کال اور دھرم کا خہال حک ہو جاتا ہے۔ اور صرف شوکشم تتو رہ جاتے ہیں۔ اس وقت کی بھاونائیک بے بچار والی سادھی کہلاتی ہے۔ بچار کے معنی غور کئے ہیں۔ اس میں ترک و فرض یا گمان کی جگہ غور کا مقام آتا ہے۔

۳۔ ان دونوں قسموں کی سادھیوں کو اصطلاح میں "گرہیہ سادھی" یعنی معلوم کا علم کہتے ہیں۔ کیونکہ یہاں شوکشم یا ستھول تتو پیشوں میں داخل ہیں۔ اور گمان یعنی عالم ان کا علم حاصل کر رہا ہے۔

۴۔ راج اور تم کے دیش کے ساتھ ستویر دھان انتہہ کرن کے ستویر دھیان کسا جائے۔ تو چونکہ ستو کا خاصہ یرکاش اور آند کا ہے۔ آند کی بھاونائیک ہوتی ہے۔ اس واسطے اسے "آند والی" سادھی کہتے ہیں۔ جو لوگ اس ستو کے آند پر ہی پہنچے ہیں۔ اور پر دھان باپرش کی بھاونائیک ان کی رسائی نہیں ہوئی۔ وہ پندرہ کہلاتے ہیں کیونکہ دیہہ یا جسم یعنی مادیات اور جانیات کی

حاجب میں اکار بولنے کے ساتھ دھیان یہ کیا جاتا ہے کہ جاگرت کے جگس یعنی عالم
بیداری کی بنیادیں ایشور سروویائی ہے۔ اکار بولنے کے ساتھ یہ دھیان کہ ایشور
سوپن کے ملک یعنی عالم خواب کی پینا اور تمام شوکسم سرشی میں سروویائی ہے
مکار بولنے کے ساتھ یہ کہ جاگرت اور سوپن بالکشیٹ و لکشیٹ ویناؤں کا جو کارن
مشیتی ہے اور جس سے دونوں عالم ظہور میں آتے ہیں اس میں بھی ایشور سروویائی
ہے۔ اس طرح تینوں عالموں میں ایشور کے متعلق سروویا یکتا کی بھادنا کر کے
اروہ گیت ماترا کے سہارے اس کے شدھ اور کیول گیان روپ ہونے کا
دھیان کرایا ہے۔ کہ گیاں سروپ ہونے کی وجہ سے وہ تینوں عالموں میں
سروویاک ہو نا ہوا کھیتوں سے نزلرب اور سدائے سروپ میں قائم و
ثابت ہے یہ دھیان اندرونی حقیق کے احساس اور ررنگاٹوں کے اس کا
انت ثابت ہو کر رہا ہے +

چوتھی فصل سادھی کی قسمیں

سادھی کی دو بڑی قسمیں سمیر گیت اور اسمیر گیت کا ذکر اوپر ہو چکا ہے انہیں
سے سمیر گیت سادھن یا وسیلہ ہے جس کے ذریعے سے اسمیر گیت پہنچایا جاتا
ہے۔ اسمیر گیت در دھیان کرنے سے لگا کرتی ہے۔ دھیان ساکشی کے آگے پہنچا
نیا جاتا ہے۔ عیسے ہی فصل میں ذکر ہو چکا ہے۔ اس دھیان کی حیار
صدتیں ہیں جو ہیں اپنے لوگ۔ شش کی شش سے نال میں فعل کرتا ہوں۔
۱۔ مہاجو تون کا۔ مینا کیا جاسے۔ امران کشیٹ جیہاں کو چٹے بنا کر۔ جو

بڑائی کو نکال کر باہر کر دیں گے۔ مگر کارخانہ قدرت کا کچھ اور حساب ہے۔ یہاں جگہ جگہ روک ہے۔ قدم قدم پر ٹھہر کر ہے۔ پس اپنی طاقت کا واسطہ باطل طبیعت سے نکال دیا جائے تو چیت میں بیراگ پیدا ہوگا جو سادھی کا قدم اول ہے۔ بھگوان پنجلی دھیان جانے کی بہت سی تجاویز بتاتے ہیں جن پر عمل کرنے سے کامیابی ہو سکتی ہے۔ انہیں میں سے ایک یہ ہے کہ آدمی اپنے کو ایشور کے اوپر چھوڑ دے اور بھر و سایہ رکھے کہ جو کچھ کرتا ہے ایشور کرتا ہے۔ اور میری بھلائی کے لئے کرتا ہے۔ یہ سوچ کر ہر بات کو آدمی خوشی سے تسلیم کرے۔ آپ صرف کام کرے اور مگر ایشور پر چھوڑ دے۔ بھگوت گینا کی بھی یہی تعلیم ہے جس شخص نے جیت کی یہ حالت پہنچالی ہے اُسے بہت جلد سادھی بہم پہنچ جاتی ہے۔

ایشور پر بندھان کے ساتھ ایشور کے نام اوم کا جاپ اور اس کے معنی ہم چیتن کرنا بھی بھگوان پنجلی بتاتے ہیں اور اس کا بھیل یہ بیان کرتے ہیں کہ اس جاپ سے اندرونی چیتن کا احساس اور رز کا وٹوں کا ناس ہوتا ہے۔ جاپ کے معنی منہ سے اوم اوم بولتے رہنا ہے۔ اس کی یہاں تک مشق ہونی چاہیے کہ عادت پڑ کر طبیعت بن جائے۔ انتہائی کمال یہ ہے کہ اجپا جاپ ہونے لگے۔ یعنی منہ سے آدمی نہ بولے تو اندر خود بخود جاپ ہوتا رہے۔

معنی کا چیتن میرے مانڈو کیہ ایشور میں تفصیل کے ساتھ بیان ہو چکا ہے جو مجموعہ ایشور جلد اول میں شامل ہے۔ یہاں خلاصہ دیتا ہوں۔ اوم تین حروف سے مرکب ہے۔ ا و م۔ یہ تین ماترائیں کہلاتی ہیں۔ اردھ ماترا یعنی نصف ماترا اور ہے جو گہٹ یعنی مخفی ہے۔ حروف کی صورت میں ظاہر نہیں ہے۔

وہاں بھگوان پتیلی مندرجہ ذیل سوتر دیتے ہیں۔ ایشور کی رہنما پر راجی رہنے سے سادھی بہم پہنچتی ہے۔ اور برشوں سے الگ ایشور ایک برش ہے اور اسے ملیش کرم کرم بھل اور واسنا چھو نہیں لگتی ہے۔ اُس میں سرو گیتا کے بیج کی سبک پر لحد ہے۔ وہ قد کا بھی گورو ہے کیونکہ وقت سے محدود نہیں ہے۔ اسکا مشہر نظام ہے (دیکھو میرا لوگ درشن سادھی پاد سوتر ۲۱-۲۷) ان سوتروں میں جگتا رچنا اور نظام عالم وغیرہ سے ایشور کا کچھ تعلق نہیں دکھایا گیا ہے۔ بلکہ اُسے یوگا چاریہ مشدہ گیان روپ کرم وغیرہ سے الگ بنا کر آگے اوم کی اُپاسنا سے بحث شروع کر دی گئی ہے۔

فلسفے کے لحاظ سے یوگ میں ایشور کا قدم در میان میں لانا بالکل غیر ضروری ہے۔ مگر توکل اور تسلیم و رضا سے قلب کو شانت کرنے اور دھیان جانے کی قابلیت بہم پہنچانے کی غرض سے اس باب یوگ نے معلوم ہوتا ہے کہ بھگتوں سے ایشور کا مسئلہ لیا ہے۔ ویدانت میں بھی ایشور متھیا مانا گیا ہے مگر اُپاسنا کے خیال سے ایشور کو سب ہی آچار یہ لیتے ہیں اور اُس کی اُپاسنا سب سے افضل اور بہتر اُپاسنا خیال کرتے ہیں۔ ناظرین ادھر کی تحریر سے یہ نہ سمجھیں کہ میں ناشک ہوں اور ایشور اُپاسنا کے برخلاف لکھ رہا ہوں۔ ہاں بھگت اور ایشور وادی ایشور کو کچھ اور طرح مانتے ہیں اور یوگ اور ویدانت میں ایشور کچھ اور طرح مانا گیا ہے۔ مسئلہ تسلیم و رضا یا ایشور پر نیدھان میں اگر دونوں ایک ہو جاتے ہیں۔

یہاں سرخنی یہ ہے کہ سادھی کی بڑی روک بندہ علیق یا راگ ہے۔ اسی چت میں دہم تازہ برتیاں اٹھتی رہتی ہیں۔ یہ اٹھتی اس واسطے ہیں کہ ہم اپنے آپ کو طاقتور ماننے بیٹھے ہیں۔ کہ اپنے واسطے بھلائی ہی بھلائی پیدا کر لیں اور

حسرت کی نظر ہر سہ پہر پر جس کیان سروپ ہیں تو وہ کام کیا کر سکتے ہیں۔
 ٹھوس وزنی عرض و طول و عمق والے مادے کو گیان حرکت میں نہیں لاسکتا۔
 پس سانکھیہ میں دو بڑے تہ پر کرتی اور پریش ہیں جو اپنی ہستی میں ویدانت
 کی طرح ایک دوسرے کے تابع نہیں۔ پر کرتی پر نیام پاتی ہے اور پریش محض
 تماشائی ہیں۔ جو گیان کی حالت میں پر کرتی کے تماشوں میں محو ہو کر اپنے آپ کو
 مخاطب سے بڑھ سمجھ رہے ہیں اور بھوگوں کے مزے لے رہے ہیں۔ جب
 تہو دی کا گیان ہو جاتا ہے تو بھوگوں سے نگاہ ہٹتی ہے اور اپنے متدھ گیان
 سروپ میں قائم ہو جاتے ہیں جو بھوکش کی حالت ہے۔ بھوگوں کا مزہ لینا اور سروپ
 میں قائم ہونا دونوں تو بھو یا احساس کے کھیل ہیں جو کرم شمار نہیں ہو سکے مگر کرم
 تمام پر کرتی کرتی ہے +

پر کرتی اور پریش دو وجودوں کے سٹلے سے جیو اور جگت کی توضیح ہو گئی تو تیسرے
 وجود یعنی ایشور کی سانکھیہ میں مطلق ضرورت نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سانکھیہ میں ایشور
 نہیں مانا گیا ہے۔ یوگ چونکہ فلسفے میں سانکھیہ کا تابع ہے۔ اس میں بھی جگت رچنا
 یا نظام عالم میں ایشور کا کچھ کام نہیں ہے۔ پھر جو پنجلی بھگوان نے ایشور کو لیا ہے وہ کس
 غرض سے لیا ہے۔ ان کے فلسفے میں ایشور کچھ کام نہیں دیتا۔ اس اعتراض کا جواب یہ
 ہے کہ بے شک جگت رچنا اور قیام عالم ذبیحہ وغیرہ میں سانکھیہ کی طرح یوگ میں بھی
 ایشور کی ضرورت تو نہیں ہے مگر ایشور کا خیال نا کارہ نہیں ہے۔ کام دیتا ہے۔
 بھگوان پنجلی ایشور کو دھیان جانے کی غرض سے لیتے ہیں۔ جہاں یوگ میں دھیان
 جانے کے واسطے اور بہت سی چیزیں لی گئی ہیں اور مختلف طریقے بتائے گئے ہیں
 ان میں سے ایک ایشور بھی ہے +

یوگ کے فلسفے میں ایشور کا دخل نہیں ہے۔ چنانچہ جہاں ایشور کا ذکر آیا ہے۔

آج کل ایک ایسا فرقہ اُٹھا ہے کہ اس نے ہندوستان کے پُراے شاستروں کے معنی اپنے من گھڑت مسائل کے بموجب بدلنے شروع کیے ہیں۔ یہ لوگ سائنکھجیہ سوتروں کے معنی میں "ابلات اور اہل بدل کر کے یہ ثابت کیا جاتے ہیں کہ سائنکھجیہ شاستر میں بھی نیا سے اور ویشیتک درشتوں کی طرح ایشورمانا گیا ہے۔ لکھنے والے کے قلم اور بولنے والے کی زبان کو کوئی روک نہیں سکتا۔ آزادی زمانہ ہے۔ اور ہر شخص اپنی رائے آزادانہ طور پر ظاہر کرنے کا مختار ہے اور سنسکرت درشتوں کے پڑھنے اور سمجھنے والے ٹھوڑے ہیں۔ اس واسطے جو کچھ کوئی چاہے کہہ سکتا ہے۔ کسی قسم کی روک ٹوک نہیں ہے۔ مگر شاستروں کے معنی سمجھنے والے جانتے ہیں کہ سوتروں کے معنی تقدیم و تاخیر کے لحاظ سے لگائے جاتے ہیں۔ یہ دیکھا جاتا ہے کہ مضمون شروع کیونکر ہوا ہے اور بیچ میں اُسے کونکر بنھایا ہے۔ جب جا کر آخر کے معنی کئے جاتے ہیں۔ اگر تمہید کچھ اور ہے بیچ کا مطلب اُس تمہید کا معاون و مددگار ہے تو نتیجہ وہ نکالنا جو آغاز و وسط کے بالکل خلاف ہے محض ہٹ دھرمی ہے۔ سائنکھجیہ کی تعلیم شروع سے آخر تک ملاحظہ فرمائے اور دیکھئے کہ فلسفے کی اہل ہول کیا ہے۔ پھر کوئی نتیجہ قائم کیجے تو درست ہے ورنہ نادرست ۛ

سائنکھجیہ پر دھان یعنی مادے سے خلقت عالم بتاتا ہے۔ کام جتنا ہے وہ مادے میں ہوتا ہے۔ حرکت اور تبدیل ہوتی یعنی پر نیام مادہ کرتا ہے۔ غرض جو تبدیلی ہے وہ مادے میں ہے اور مادہ ہی سب کچھ خود کرتا ہے چیتن نہیں۔ وجہ یہ ہے کہ سائنکھجیہ اننت یعنی لاتعداد و جیتن پریش ماننا ہے جو محض گیان سرور ہے اور اسی واسطے اکثر انہیں یعنی کچھ کام نہیں کر سکتے۔ اس بات کو نگاہ غلیبہ درست دلال منطقیانہ سے خوب غور و خوض سے سوچئے تو ہر سوچنے والا سمجھ سکے گا کہ

یہ سائیکھ کے پچیس تتو ہیں۔ آسانی سے یاد رکھنے کے واسطے میں ان سب کے نام یہاں بالترتیب مرقوم کرنا ہوں۔ گیان سروپ یرش۔ سائتہ اوتھا والی پر کرتی۔ سنگون پر دھان والی بدھی باہت۔ رچو گن سے پیدا شدہ اہنکار۔ اہنکار کے سنگون انش سے پیدا شدہ من پانچ گیان اندریاں شروتو تراک چکھو ورسنا گھرن پانچ کرم اندریاں واک پانی یاد پختہ پایو۔ پانچ تتو ماترائیں شبد سیرش روپا گندھ پانچ مہا بھوت پر تھوی جل والو اور آکاش۔ ان میں سے ہر ایک کا دھیان کہا جاتا ہے۔ اس دھیان سے جو سادھی لگتی ہے اسکا اصطلاحی نام خاص ہے جو آگے دیا جائیگا۔

۳۔ ایشور پر نیدھان یا تسلیم رضا

سادھی کی دوسری سبیل ایشور پر نیدھان ہے۔ اس کے معنی ہیں اپنے سب کام ایشور کے حوالے کرنا اور من کرم بچن سے ایشور کا ہو رہنا۔ عربی میں اسے تسلیم رضا کہتے ہیں۔ یعنی سب کاموں کو خدا کی طرف سے سمجھ کر خوشی خوشی بے شکوہ و شکایت تسلیم کرنا اور ان پر راضی رہنا۔ عیسائیوں کے ماں بھی مسئلہ برن سپیش کہلاتا ہے یعنی ہر قسم کے نکرہ انکار چھوڑ کر ایشور کا ہو رہنا اور اپنے سب کام اس کی مرضی پر چھوڑ دینا۔ ایشور پر نیدھان بھگتوں کا دین و ایمان ہے۔ ہر قسم کے ایشور وادی اس مسئلے کو نہایت ہی عزت و حرمت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں۔ اور کرموں یعنی اعمال و افعال کی سب سے اونچی حراج سمجھتے ہیں۔

یہاں قدر اول پر ہی اعتراض اٹھتا ہے کہ یوگ میں ایشور پر نیدھان کا کیا کام ہے۔ بھگوان شیخی سائیکھ شاستر کے ماننے والے ہیں۔ یوگ میں کوئی نیا نظام فلسفہ گھڑ کر کھڑا نہیں کیا گیا ہے۔ بلکہ سائیکھ کے مسائل جوں کے توں لے لئے ہیں۔ غرض سائیکھ اور یوگ دونوں ایک ہیں فرق ہے تو بس اتنا ہے کہ پیدا شدہ کی طرح سائیکھ بجا شاستر ہے اور یوگ میں علی پہلوں آیا ہے

یا کرتا ہوں یا کروں گا۔ بہ محض اس کا بھرم یعنی مغالطہ ہے۔ کیونکہ وہ مہیت ذاتی کے لحاظ سے گیان مروج ہے اور محض گیان میں کوئی کریا یعنی کام نہیں ہو سکتا۔ گیان محض ناظر یعنی تماشہ دیکھنے والا ساکشی ہو سکتا ہے مگر اُن مشنوں کا حظ اٹھا سکتا ہے یعنی بھوگنا بن سکتا ہے اور بس۔ کام جب ہوگا محض مادی پر کرتی میں ہوگا۔

منتظم نظام عالم رچے جانے کی یہ سبیل ہے کہ بدھی جو نہ سنبھردھان ہے اس واسطے آئینہ کی طرح نہایت ہی مصفا چیز ہے۔ اس واسطے اس میں حقیقت کا عکس پڑتا ہے۔ اور باوجودیکہ وہ جڑ ہے۔ لیکن اس عکس پڑنے کے باعث حقیقت کی طرح کام کرتی ہے جس طرح لوہا آگ میں یڑکراگ کا کام دینے لگتا ہے اسی طرح کچالو یا برتی رو کی قربت سے مقناطیس کا عمل کرنے لگتا ہے۔ اسی طرح جڑ بدھی چین کے قریب سے چین کی طرح عمل کر کے منتظم نظام عالم رچتی ہے۔ پر کرتی اور برش کا حال بصیرت اندھ اور لنگرے کا سا ہے۔ کہ اندھا دیکھ تو سکتا نہیں لیکن چل پھر سکتا ہے۔ لنگر اچل پھر تو نہیں سکتا مگر دیکھ سکتا ہے۔ ہاں دونوں ملکر جو کام چاہیں کر سکتے ہیں۔ برش نور بصارت بہم پہنچاتا ہے اور پر کرتی اس کی روشنی میں تمام کام کرتی ہے۔ اس طرح یہ کائنات رچی جاتی ہے اور اس کی کل چلتی نظر آتی ہے۔

ظاہر ہے کہ اس رچنا میں ایسور کا کچھ کام نہیں ہے۔ اسی واسطے سادھی والے ایسور کو نہیں مانتے۔ یہ نریشورنا ستر ہے۔ یوگ میں سادھی کا فلسفہ جوں کا توں لیا گیا ہے۔ لیکن ساتھ ہی ایسور کی ہستی بھی مانی گئی ہے۔ اس واسطے یوگ سیشورنا ستر ہے۔ مگر یوگ میں ایسور صرف دھیان جانے کی ایک چیز مہیا کرنے کے واسطے مانا گیا ہے اور اس کا اصل فلسفہ سے کچھ تعلق نہیں ہے۔

اور پر نیام پانے والے میں اس واسطے سنساری ہیں۔ ایسا تنوبھی ہونا لازمت
 میں سے ہے جس کا میل کٹولہ یعنی موکش کی جانب ہو۔
 یہ دلائل ہیں اس نتیجے پر پہنچاتی ہیں کہ پر کرتی اور اس کے کاریوں کے علاوہ
 ایسے وجود بھی ہیں۔ جو بھوگوں کے بھوگنے والے جیتن ہیں۔ انہیں پرش کہتے ہیں
 ہ گیان سروپ ہیں۔ گیان اپنی ماسیت ذاتی کے لحاظ سے تبدیلی پذیر چیز نہیں
 ہو سکتا اس واسطے پر کرتی اور اس کے کاریوں میں اس کو دخل نہیں کر سکتے۔
 گیان سدا ایک رس ہے۔ اس میں انقلابات کا امکان نہیں ہے۔ گیان میں
 کسی طرح کی کر با یعنی کام کا ہونا بھی نامکن ہے۔ اس واسطے پرش کرتا ہے۔
 ہاں بھوگتا ضرور ہیں۔ کیونکہ انھیں روپ ہیں۔ اور پر کرتی کے تماشوں کو انھیں
 کرتے یا بھوگتے ہیں۔ انکی تعداد لا انتہا ہے۔ کیونکہ میرے انھیں جو چیز ہے
 وہ تمہارے انھیں نہیں ہے۔ اور تمہارے انھیں جو شے ہے وہ میرے
 انھیں نہیں ہے۔ اسی وجہ سے یہ بات پایہ ثبوت کو پہنچتی ہے کہ تماشوں
 کی تعداد لا انتہا ہے۔ پرش پر کرتی سے اس واسطے جی علیحدہ وجود میں۔ کہ
 ان کا میل کٹولہ یعنی اپنے سروپ میں سختی کا ہے۔ اسی کا دوسرا نام موکش ہے۔
 اوپر سے جو بحث چلی آتی ہے۔ اس میں دو اعتراض ٹھٹھتے ہیں۔ پر کرتی چونکہ
 جڑ ہے۔ اس واسطے وہ یہ منتظم نظام نہیں رچ سکتی۔ اور جیتن پرش چونکہ اگر تا
 ہیں خلقت عام میں ان کا ہاتھ ہو نہیں سکتا۔ پھر یہ منتظم نظام عالم پیدا ہوا۔
 تو ہوا کیونکر ہوا۔ پرش کو اگر تا کہنا بھی روزمرہ کے تجربے کے مخالف بڑا ہے۔
 کیونکہ وہ کونسا آدمی ہے جو روز بہ نہیں سوچتا کہ میں فلاں کام کرتا ہوں یا کر چکا
 یا کروں گا۔
 اس کا جواب یہ ہے کہ آدمی جو اس طرح سوچتا ہے۔ کہ میں نے فلاں کام کیا

نہیں کرتے۔ ناظرین اس بات کو شکر بے شک متعجب ہونگے کہ مہابھوت فقط بکرتی کیونکر ہیں۔ انہوں نے ہی تو تمام متحول جگت کو رچا ہے۔ لیکن یہ غلطی ہے۔ جگت مہابھوتوں سے کوئی مختلف چیز نہیں ہے۔ بلکہ مہابھوت روپ ہی ہے مثلاً ہماری پرتھوی پر جو معدنیات۔ نباتات اور اجسام حیوانات ہیں۔ وہ پرتھوی ہی کا کالریہ ہیں اس سے کوئی علیحدہ چیز نہیں ہیں۔ اس واسطے مہابھوتوں نے کوئی اپنے سے مختلف نئی چیز پیدا نہیں کی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ان کو بکرتی کہا گیا ہے سائنچیبہ کی پچیس تتوؤں میں سے یہ مہابھوت معلول محض یعنی فقط بکرتی ہیں۔

ہم نے پردھان کو وہ علت بتایا ہے جس کی علت اور کوئی نہیں ہے۔ باقی تمام پرکرتی بکرتی یا محض بکرتی چونکہ اسی پردھان سے نکلی ہیں۔ اس واسطے اسکے کاربہ ہیں۔ ان میں اور پردھان میں بلحاظ ماہیت ذاتی کچھ فرق نہیں ہے کیونکہ سب میں وہی تین گن ہیں۔ سب پشے یا جڑ ہیں۔ اور سب پیدا کرنے والی چیزیں ہیں۔ فرق ہے تو اتنا ہے کہ یہ علت والے ہیں۔ پردھان بے علت ہے۔ یہ دوامی غیر دیانک۔ مبتدل مختلف۔ متحج و تابع ہیں۔ اور پرکرتی کا یہ حال نہیں ہے۔

اوپر ہم سائنچیبہ کے چوبیس تتوؤں کا حال لکھ چکے یعنی پردھان۔ بدھتی۔ انکار۔ من۔ اور پانچ پانچ گناں اندریہ۔ کرم اندریہ۔ ننواتر اور مہابھوتوں کا۔ ایک تتو اور باقی رہتا ہے۔ جو نہ علت ہے نہ معلول۔ اب اس کو لیتے ہیں۔ اور بتاتے ہیں کہ وہ کیا ہے۔ اوپر جتنے قوانین ہوئے وہ سب بھوگ روپ ہیں۔ اس واسطے ان بھوگوں کے بھوگتا کا ماننا ضروری ہے۔ مرکب چیزیں یا چیز جو جوئے ہمیشہ اور کے واسطے ہوا کرتے ہیں۔ معہذا یہ سب جڑ ہیں انکا حاکم اور ناظر یعنی جیتن بھی ہونا لازماًت میں سے ہے۔ یہ سب تین گن والے

مول پر کرتی صرف علت ہے۔ اوپر جو سات مقویاں ہو گئیں وہ پر کرتی
بکرتی کہلاتے ہیں۔ یعنی یہ علت بھی میں اور طول بھی۔ بدھی پر کرتی اس وجہ سے
ہے کہ اہنکار کو پیدا کرتی ہے اور بکرتی اس وجہ سے ہے کہ خود پر کرتی کا کارہ
ہے۔ اہنکار چونکہ پانچ تنو ماترائیں پیدا کرتا ہے اس لئے پر کرتی ہے۔ اور چونکہ
خود بدھی سے پیدا ہوا ہے۔ اس واسطے بکرتی ہے۔ تنو ماترائیں پر کرتی اس لئے
ہیں کہ مہا بھوتوں کو پیدا کرتی ہیں۔ اور بکرتی اس لئے کہ خود اہنکار سے
پیدا ہوئی ہیں۔

من اندریوں اور تنو ماترائوں کے ذہن میں جھانے کا بھی یہی طریق
نہایت آسان ہے جو اوپر بیان ہو چکا ہے۔ غور سے سوچو کہ جب تم نیند سے
بیدار ہوئے اور اہنکار کا اجماع قائم ہو گیا تو بعد میں کیا نظارے نظر سے
گزر گئے ہیں پس یہی اور کچھ نہیں۔ کہ ایک طرف پستے قائم ہونے لگتے ہیں
جو تنو ماترائیں ہیں۔ دوسری طرف من اور گیاں اندریاں ان بشیوں کا گیان
کرنے لگتی ہیں۔ تیسری طرف کرم اندریاں ان بشیوں پر اپنا عمل کرنا شروع
کرتی ہیں۔ اس طرح عالم و علم و معلوم کا سلسلہ قائم ہو جاتا ہے۔

پانچ تنو ماترائیں پانچ مہا بھوت پیدا کرتی ہیں۔ شبد تنو ماترا سے آکاش
نکلتا ہے۔ جس کا شبد یا آواز گن ہے۔ پیرش تنو ماترا سے دیو یا مہا نکلتی ہے جس کا
گن شبد اور سپرستس دو ہیں۔ وپ تنو ماترا سے تیج یا اگنی نکلتی ہے جس کا
گن شبد پیرش اور روپ تین ہیں۔ رس تنو ماترا سے بل نکلتا ہے۔ جن کے گن
شبد پیرش روپ اور رس چار ہیں۔ گندھ تنو ماترا سے یر تنو نکلتی ہے۔ جس کا
گن شبد پیرش روپ۔ رس اور گندھ پانچ ہیں۔

پانچوں مہا بھوت محض بکرتی ہیں۔ یعنی پیدا شدہ مطلق جو اور کسی چیز کو پیدا

یا پنج کرم اندریوں کے نام بالترتیب یہ ہیں۔ واک یعنی قوت گوئیائی۔ بانی یعنی قوت گرفت۔ اگنی یعنی قوت نوالہ و سائل۔ یا یعنی قوت استخراج اور پاد یعنی قوت ٹرام و قیام ہیں۔ ان کے بھی مقام چو نکہ زبان۔ ہاتھ۔ ٹانگ گتہ اور پانوں ہیں۔ اسی واسطے ہر مقام اندریاں کہلانے میں۔ یہاں بھی یاد رکھنا چاہئے کہ یہ صرف آلات ہیں اور اندریاں ان کے اندر ہیں۔

یہیں پانچ پرانوں کا بھی ذکر مناسب ہے۔ جو اندریوں کی برتیاں ہیں۔ پرانوں کے نام بالترتیب یہ ہیں۔ پران جس کی رفتار باہر کی طرف ہے۔ اپان جس کی رفتار اندر کی طرف ہے۔ اوان جس کی رفتار اوپر کی طرف ہے۔ سامان جو ہر جگہ پھیلا ہوا ہے اور ویان جو روکنے والی قوت ہے۔ پران ہر دسے یا دل میں رہتا ہے۔ اپان گد امیں۔ اوان حلق میں۔ سامان ناف میں اور ویان تمام جسم میں۔

اسہکار کے نمونوں انش سے پانچ تنوماتر ایں پیدا ہوتی ہیں۔ جن کے نام بالترتیب یہ ہیں۔ شبید یعنی آواز۔ سپرش یعنی لس۔ روپ یعنی رنگ و صورت۔ رس یعنی ذائقہ۔ گندھ یعنی بو۔ یہ وہ لطیف پشے ہیں جن کا گیان اندریوں کو گیانا ہوا کرتا ہے۔ اور جن پر کرم اندریاں اپنے اپنے کام کیا کرتی ہیں۔

چونکہ گیان اندریاں۔ کرم اندریاں۔ اور تنوماتر ایں صرف ایک اسہکار کا کارہ ہیں۔ اس واسطے ایک ہی مصالحے سے بنی ہیں۔ اور حقیقت میں ایک ہی چیز ہیں۔ فرق ہے تو صرف ان کے کاموں میں ہے۔ تنوماتر ایں وہ مصالحے ہیں جن پر کرم اندریاں اپنا عمل کرتی ہیں۔ اور جن کا گیان گیان اندریاں سن کے سامنے لے جاتی ہیں۔ اسہکار کی یہ مختلف خلقت پر کرتی کے بتوں گنوں کے مختلف پر بنام یا نے سے ظہور میں آتی ہے۔

اسی میں "کے گیان کا تمام اہنکار ہے اور یہ اس صورت میں اظہار پاتا ہے۔ کہ
 "میں نے جانا۔ یہ چیز "میری" ہے۔ اس نے "مجھے" پہچانا۔ "یہ مجھ کو بلاتا ہے۔ اہنکار
 کی حالت صرف اس گیان کی ہے کہ "میں" کچھ ہوں۔ جب ظہورات موجود ہو جاتے
 ہیں تو ان کے ساتھ تیرا۔ مجھے۔ مجھکو وغیرہ کے تعلقات کا لہان ہوا کرتا ہے
 یاد رہے کہ اہنکار پر کرتی کا کار یہ سب پر کرتی ہی نے
 پہلی صورت سادھی کی اختیار کی تھی۔ اور دوسری اہنکار کی۔ اس واسطے پر کرتی کے
 تینوں گن یعنی ستو۔ راج اور تم اس میں بھی موجود ہیں۔ اور ان سے تین طرح کی
 خلقت ہوتی ہے۔

اہنکار کے سنگن انش سے من پیدا ہوتا ہے جس کا کام سنگ پیکل
 ہے۔ جب تم کسی چیز کو دیکھتے ہو۔ اور سوچ رہے ہو کہ آبا وہ شے ہے یا یہ شے
 ہو تو یوں سمجھو کہ من اپنا کام کر رہا ہے۔ اندریاں بشیوں کا گیان اندر لاتی ہیں۔
 تو من اس کی چھان بین کرتا ہے۔ اسے پہلے علم سے تعلق دیتا ہے۔ اور گویا
 اپنے رنگ سے رنگین کرتا ہے۔ پھر سادھی کے سامنے پیش کرتا ہے۔ سادھی
 اہنکار اور من تینوں کو ملا کر انتہہ کرن کا نام دیا جاتا ہے۔

اہنکار کے راجن انش سے پانچ گیان اندریاں اور پنج کرم اندریاں پیدا ہوتی
 ہوتی ہیں۔ پانچ گیان اندریوں کے نام بالترتیب یہ ہیں۔ شروتر یعنی قوت سمہ
 گواک یعنی قوت لامسہ۔ چکشمیری قوت باصرہ۔ رستمائی قوت والیقہ اور گھران
 یعنی قوت شامہ۔ چونکہ ان اندریوں کے مقام کان۔ جلد۔ آنکھ۔ زبان اور
 ناک ہیں اس واسطے ان مقاموں کو ہی اندریاں کہنے لگے ہیں۔ حالانکہ یہ صرف
 گو لکھیں یعنی آلات ہیں۔ گیان اندریاں وہ قوتیں ہیں۔ جو ان آلات کے
 ذریعے سے کام کرتی ہیں۔

اور جس حالت سے کیفیت جانوں کا اسے نہ کٹے گا۔۔۔ نفس پر یہاں ترنما ہے
 میرے میں نہیں گونگی، نہ کہ ساقبہ اور سنا بھی حالت بکوار ہوتی ہے۔ سو اسے
 سرستی نہیں ہوتی۔ سرشتی کے وقت بعض نکل دو مردوں کو، اگر کئی پر تپ
 ہوتے ہیں،۔۔۔ جو کہ اس نکتے کے وجوہ کی انتہا نہیں ہے۔۔۔ سو اسے تھوڑا
 اتنا جوتی ہیں۔ مثلاً بکا ہے۔ روح کر یا ترک یعنی اسب حرکت ہے اور ہم بجا
 ہے۔ انس انسانی کے لحاظ سے دیکھئے تو یہ پر کا شاکرک یعنی تا دیک ہے۔
 روح چلتا آتمک اور تم سوہ آتمک۔ یہ ان بندوں گروں کی خصوصیتیں ہیں۔ اس
 کتاب میں با۔ با۔ اں کا ذکر آیا ہے اور آئیگا۔

پر کرنی کی حالت ہمار کو کششی سمجھ لے۔ اب یہ دیکھو کہ غفلت کی غند سے
 آدمی کی آنکھ کھلی کی تو اسے کیا احساس یا انو بھو ہوگا۔ یہی کہ میں غند میں
 جیسا پتھر بنا یا تھا وہ حال تو اب نہیں ہے۔ احساس ہے لیکن مخصوص
 احساس نہیں کہ میں کیا ہوں اور میرے گرد و پیش کیا ہے۔ اسی حالت کا
 نام بہت متو یا پڑتی ہے۔ یہاں تم اور روح دب گئے ہیں اور صرف ستوں
 پر و صان ہے جس کا خاصہ یرکاش ہے۔ اور یہ یرکاش سم یعنی نابم ہے۔
 ڈانوا ڈول نہیں ہے۔ جب کسی شے کا نشے ہو جاتا ہے۔ اس وقت ہی نفس
 ڈانوا ڈول نہیں رہا کرتا۔ بلکہ اُسے تمام نصیب ہو جاتا ہے۔ یہ برہمن ہی کی
 حالت ہے۔ اسی وجہ سے برہمن کو نشے آتمک کہا جاتا ہے۔

یاد رکھنا چاہئے کہ برہمن کی حالت میں فرویت نہیں ہے۔ ایک ہنوار اند
 دایک پر کا شاکرک حالت ہے۔ ہاں جب پڑتی ہے تو فرویت شروع
 ہو جاتی ہے۔ دیکھو غفلت کی حالت میں آدمی پتھر بنا یا تھا۔ دوسری حالت
 برہمن کی ہوئی تیسری حالت میں اُسے یہ گمان ہوتا ہے کہ میں کچھ ہوں

اشیاء عالم اس فلسفے میں چار جماعتوں میں منقسم ہو جاتی ہیں۔ اول وہ ہے جو صرف علت ہے اسے پر کرتی کہتے ہیں۔ دوسرے وہ جو علت بھی ہے اور معلول بھی۔ اسے پر کرتی بکرتی کہتے ہیں۔ تیسرے وہ جو فقط معلول ہے اسے بکرتی کہتے ہیں۔ اور چوتھے وہ جو نہ علت ہے نہ معلول۔ دنیا کی کسی چیز کو لے لو۔ انہیں چار جماعتوں میں سے کسی میں داخل ہوگی۔ پانچویں کسی اور جماعت کا امکان نہیں ہے۔

عالم میں چار طرف نظر ڈال کر دیکھئے تو کثرت ہی کثرت دکھائی دیتی ہے۔ اس عالم کثرت کی لاتعداد اشیائیں بڑی جماعتوں میں تقسیم ہو سکتی ہیں۔ اول مومن کی کیفیات چیزیں جیسے پتھر زمین درخت جالور اور آدمیوں کے اجسام اجرام فلکی وغیرہ۔ دوسرے وہ لطیف قوتیں جو ان میں کام کر رہی ہیں مثلاً برق حرارت روشنی کشش ثقل آدمی اور جانوروں کے پران وغیرہ۔ تیسرے نفسانی قوتیں مثلاً سمیٹ حافظہ ادراک عقل وغیرہ۔ یہ تین طرح کی چیزیں جن کی تعداد لا انتہا ہے۔ ظاہر ہے کہ اپنی علتوں میں سے نکلی ہیں۔ یہ علتیں ایسی علتوں میں سے۔ اس طرح جتنے اوپر چڑھتے جاؤ علتیں لطیف اور تعداد میں کم بے شک ہوتی چلی جائیگی۔ مگر ایک ایسا سلسلہ بنا رہیگا جو ختم ہونے میں نہیں آ سکتا۔ مگر معلول کائنات موجود ہے۔ اس واسطے سلسلہ لامتناہی سے کام نہیں لکھتا۔ آخر میں ایک ایسا مادہ ماننا پڑیگا جو کسی کا معلول نہیں ہے۔ بلکہ خود تبدیل و تدریج کی چیزوں کو پیدا کرنے کی قابلیت رکھتا ہے۔ یہ سائنس دانوں کی بول پر کرتی ہے۔ اسی کو پیردھان یا اٹومکس کا نام دیا جاتا ہے یعنی مادہ غیر مشہود۔ اسے جس خاصے سے یہ مادہ فوٹو کے نفس کی صورت اختیار کرتا ہے اسے سنگن کا نام دیا جاتا ہے۔ جس خاصے سے لطیف قانون کا اسے رجوگن کا

دھیان کیا جائے۔ اس واسطے سادھی کی قسمیں رکاوٹیں اور اُن کے علاوہ پرکھ کرنے سے پیشتر اول ہم ان چیزوں کو لیتے ہیں۔ جن کا دھیان کرنا بھگوان تیجی بتاتے ہیں۔ یا جن کو ایسا دستور العمل بنانے سے سادھی کی حالت بہیم پہنچتی ہے۔ دھیان جن چیزوں کا کرنا چاہئے وہ سانکھیہ کے پچیس متو ہیں۔ اور دستور العمل جس چیز کو کرنا چاہئے وہ ایشور پرہرہ مان یعنی رضا کے الہی پر راضی رہنا ہے جسے اصطلاح صوفیہ میں تسلیم و رضا کہا جاتا ہے۔ یہی دو طریق بھگوان تیجی نے اپنے یوگ درشن میں بتائے ہیں۔ انہیں دونوں کو ہم اب لیتے ہیں۔ اور اُن پر علیحدہ علیحدہ بحثیں دیتے ہیں۔

۱۔ سانکھیہ کے پچیس متو

سانکھیہ کے پچیس متو کا بیان عام فہم اور دلچسپ طریق سے میں نے اپنی کتاب چیل درلین اور فلسفیانہ طریق سے اکھٹ درشن اور فلسفہ سانکھیہ میں تفصیل کے ساتھ دیا ہے۔ یہاں انہیں کابلوں میں سے خلاصہ کر کے لکھتا ہوں۔ شرح و بسط کے ساتھ ناظرین دیکھنا چاہیں تو انہیں تینوں کتابوں کو دیکھیں فلسفہ سانکھیہ پر نیام یعنی مسئلہ ارتقا یا ایلولیوشن کو مانتا ہے۔ یعنی نازہ لا تعداد پر مانو یا اجزائے لایعجز کی صورت نہیں ہے۔ بلکہ ایک عجیب اور ہموار شے ہے۔ جو مختلف اسباب مہیا ہونے پر مختلف صورتیں اختیار کرتا ہے۔ یوں بھی اسی سانکھیہ کے مسئلے کو تسلیم کرتا ہے۔ مگر اہل سانکھیہ ایشور کو نہیں مانتے یوگ نے تخلیق وادیوں کی تقلید میں ایشور کو اور بڑھایا ہے۔ گو پیدائش و فنا کے عالم میں اس میں کے بموجب ایشور کی مطلق ضرورت نہیں ہے۔ سانکھیہ کا فلسفہ علت و معلول کے مسئلے پر مبنی ہے۔ اس واسطے تمام

پھل چال نہ ہو جائے۔ بیج میں نہ چھوڑو۔ خواہ کتنا ہی عرصہ کیوں نہ لگے۔ جو شخص گہرا کر بیج میں ہی اٹیھاس کو بغیر تمام کے چھوڑ دیتے ہیں۔ وہ نہ اُدھر کے رہا کرتے ہیں نہ اُدھر کے۔

(۲) انگٹا نارور روز مرہ کیا کرو۔ پینہ بکھی کیا کبھی نہ کیا۔ اس طرح نتیجہ تو نیک نہیں نکلتا اور محنت و کوشش بڑھتی ہے۔ کیونکہ بیج میں اٹیھاس چھوڑا تو ترقی ماری گئی۔ اب پھر جب شریعہ کرو گے۔ نئے سرے پھر وہی محنت و وقت اٹھانی پڑیگی۔ جو مرحلہ اول میں اٹھانی پڑتی تھی یہ

(۳) اٹیھاس ہمیشہ شوق کے ساتھ کرا چاہئے۔ یعنی جو اٹیھاس تم نے شروع کیا ہے اُسے ہمیشہ عزت اور شرف دے اور بھگتی کی نگاہ سے دیکھو۔ جو لوگ اپنے اٹیھاس کو اس نگاہ سے نہیں دیکھتے۔ بلکہ محض بگاڑتے ہیں۔ انہیں اٹیھاس کبھی فائدہ نہیں دیتا۔ فائدہ اسی وقت دیتا ہے جب تمہارا اس پر یقین قائم ہو کر یہ ہیں کسی درجے پر پہنچا بیٹھا۔ اور شوق اور بھگتی سے غصے تک اور نگاہ نار برابر کے ہاؤ۔

تیسری فصل سادھی کے سادھن

سیرگ اور اٹیھاس دونوں کی غرض یہ ہے کہ برائیوں کا نذر و حد ہو کہ سادھی لگنے لگے۔ انتہائی مرحلہ سیرگیات سادھی ہے۔ اس حالت کے ہم پہنچانے کے واسطے اول سیرگیات سادھی کی مشق ہم پہنچانی ضروری ہے۔ سیرگیات سادھی اسی وقت ہم پہنچتی ہے کہ خاص چیزوں کی دھارنا اور

بالکل خواہش نہ رہے۔ یہ اُسی وقت ممکن ہے کہ آدمی ٹیرش کے درشن کے
یعنی اپنے آپ کو پہچانے کہ میں گیان سروپ شدھ مدھ ہمیشہ مکت روپ
استا ہوں اور مجھے پرگرتی کے تماشوں سے مطلق تعلق نہیں ہے۔ اپنے
سروپ میں قائم و دائم ہوں اور اُس سے کس طرح چلایمان نہیں ہو سکتا۔
جہاں یہ تمیز ہم پہنچتی ہے۔ وہاں بچیوں سے پریم میراگ ہوتا ہے۔ کیونکہ
پرگرتی کا جو تماشہ نظر کے سامنے ہو رہا ہے وہ سروپ کے آنند اور
شناختی کے مقابلے میں محض ہیچ نظر آنے لگتا ہے۔

۲۔ ابھیاس

گیانیوں کا راستہ میراگ بیان ہوا۔ اب ابھیاس کو لیجئے جو اہل ریاضت کا
راستہ ہے۔ جگلان پتہلی ابھیاس کی تعریف یہ کرتے ہیں۔ کہ بزودھ کی حالت
میں چت کو قائم کرنے کی کوشش ابھیاس کہلاتی ہے۔ چت کو برتیوں سے
خالی کرنا ہے اور اسے ایسی حالت میں لاڈالنا ہے کہ وہ بے ہوا جگہ میں رکھے
ہوئے چراغ کی کوئی طرح بے جگہ نہیں۔ بلکہ ایک بزودھ کی حالت میں قائم
ہے۔ اسی بات کی بار بار کوشش کرنی ابھیاس کہلاتی ہے۔ کسی قسم کے
دھیان کا سہارا لیا جاتا ہے اور بار بار کی مزاہلت سے چت کو سب
طرف سے ہٹا کر اُسی چیز پر لگایا جاتا ہے۔ جن چیزوں کا دھیان کیا جاتا
ہے اُن کی تفصیل آگے دی جائیگی اور جو موانع اور رکاوٹیں پیش آتی ہیں۔
اُن کے دور کرنے کے طریق بھی بتائے جائیں گے۔

ابھیاس پھل دیک اُس وقت ہوا کرتا ہے جب اُس میں سدرجہ امور کا
خیال رکھا جائے اور کوشش بلینج کر کے رکھا جائے۔
(۱) ابھیاس کرو تو امتداد زمان سے گھبراؤ نہیں۔ بلکہ جب تک اُس کا

خوشبوئیں منو گھنا۔ جلد سے خرم و گرم رہاں یا استری سنگ کے مزے لینا۔
 وغیرہ وغیرہ۔ یہ سب دیکھے ہوئے کئے گئے یعنی اس دنیا میں ہمارے تجربے میں
 آئے والے پیشے ہیں۔ انہیں میں ہم پیسے بڑے ہیں۔ جنم جانا تر سے پیسے ہوئے
 ہیں۔ ہزار بار بھوک چکے ہیں۔ مگر سیری نہیں ہوتی۔ نتیجہ یہ ہے کہ آواگون کے
 بھگت میں پیسے ہوئے پکڑ کر کھایا اور کھو کر دیکھ کر اٹھا کر دے ہیں۔
 کئے ہوئے وہ پیشے ہیں جن کا ذکر خیرتی باب میں ہے۔ یعنی مرنے کے
 بعد آدمی سورگ میں جاتا ہے اور وہاں اسے لیلیف سے لطف بھوک
 میسر ہوتے ہیں۔ بچا کر نے دھلے بھٹوں کو یہ سوچنا چاہئے۔ کہ جیسے اس
 دنیا کے پیشے اپنا مدار میں اور ان کے بھوک کا نتیجہ محض دکھ ہی دکھ ہے۔
 اسی طرح سورگ کے پیشے بھی اپنا مدار ہی ہیں۔ کیونکہ کرم کے بھوک جہاں
 ختم ہوئے اور آدمی سورگ سے دھکے دے کر نکالا گیا۔ اس واسطے دونوں
 جہانوں کے ہی پیشے خواہش کرنے کے لائق نہیں ہیں۔ سچی تبلیغ سے انہیں
 بے خواہشی پیدا کرنی چاہئے۔ جب من کی یہ حالت ہو جائے کہ شیعوں
 بے خواہش ہو کر یہ محسوس ہونے لگے کہ میں شیعوں کا غلام نہیں ہوں بلکہ
 ان پر قادر ہوں تو اس حالت نفس کو بیراگ کا نام دیا جاتا ہے۔
 اور جو بیراگ بیان ہوا وہ گناہوں کا راستہ ہے۔ بچا کر شیل پُرس ہی
 سوچ سمجھ سکتے ہیں کہ پیشے کیا اس دنیا کے اور کیا سورگ کے دونوں ہی آتی
 جانی چیزیں ہیں۔ اس واسطے دل بستگی کے لائق نہیں جس قدر بیراگ طبیعت
 میں مستحکم ہونا چاہیگا۔ اس قدر من کی چھلنا دور ہو کر شانتی رہونا ہوتی جائیگی۔
 پر بیراگ اشوقت ہوا کرتا ہے کہ آدمی کے من میں جڑ مول سے پھر کرتی کے
 تینوں گنوں ستویج تم میں جن سے لطیف و کثیف تمام چیزیں پیدا ہوتی ہیں

سوال اٹھنا ہے کہ روکنے کی سبیل کیا ہے۔ چنانچہ اب ہم اس روکنے کی سبیل پر بحث شروع کرنے ہیں۔

ACC No 10184
بریتوں کے روکنے کا طریق

ہم سادھی کنہیاں کے تمام بریتوں کو روک کر بزدلہ کی حالت میں لاڈالا جاتا ہے اور پریم شانتی نصیب ہوتی ہے۔ دو ہیں۔ ایک ابھیاس اور دوسرا بیراگ۔ بھگوان پتھلی بھی یوگ درشن میں دو بتائے ہیں اور بھگوان کرشن بھی شرمیہ بھگوت گیتا میں یہی دو۔ دونوں سے چت کی پرکاش یا گیان روپ بریتاں جن میں ستوکا زور ہوتا ہے۔ اور برہم برتی روپ یعنی کام کاج کرنے کی بریتاں جن میں بچ کار رہتا ہے ستانت ہو جاتی ہیں۔ بیراگ سے چونکہ بستیوں میں دوش یا نقص دیکھے جاتے ہیں ان سے چت ہٹتا ہے۔ اور ابھیاس میں چونکہ آسنا آتا ہے اس واسطے شوق بڑھتا ہے۔ رفتہ رفتہ چت کی حالت فروغ ہو کر ہرچ جاتی ہے۔ اب ایک ایک کو علیحدہ علیحدہ بیان کیا جاتا ہے۔

۱۔ بیراگ

بیراگ کی تعریف یہ ہے کہ دیکھے اور نہ دیکھنے ہوئے بستیوں سے بے خواہش آدمی کو یہ محسوس ہونے لگے کہ میں ان پرتا رہوں۔ دیکھے ہوئے بستیوں سے لذات ہیں جن کا مزہ ہم اس دنیا میں اپنے خواہش سے لیتے ہیں مثلاً آنکھوں سے خوبصورت چیزوں کا دیکھنا۔ کانوں سے دلکش آوازوں یا اپنی تعریفی کا ستا زبان سے طرح طرح کے خوشگوار ذائقے چکھنا۔ ناک سے

کشت کھلائیگی۔

۲۔ موڑ دھ۔ وہ برتیاں ہیں جن میں نمو گن کا زور ہوتا ہے۔ یہ میندا لکس نکان وغیرہ ہیں جن میں نہ کام ہو سکتا ہے جو خاصہ رجو گن ہے۔ نہ سوچ رجا بہ ہو سکتا ہے جو خاصہ ستو گن ہے۔ یعنی ان برتیوں میں رچ اور ستو دونوں دیے رہتے ہیں۔

۳۔ وکشت۔ وہ برتیاں ہیں جن کو مخلوط کا نام دینا مناسب ہوگا۔ یہ حالتیں ہماری تمہاری روز کی حالتیں ہیں۔ ان میں جب رچ کا زور ہوتا ہے تو چٹ چلا یا مان رہتا ہے۔ اور جب ستو کا زور ہوتا ہے تو یوگ یعنی دھیان جانے کی قابلیت بہم پہنچتی ہے۔ غرض دنیا داروں کی معمولی برتیوں کا نام وکشت ہے۔ انہیں سے وہ شکہ دکھ اٹھاتے رہتے ہیں۔ وکشت برتی یوگ میں تھوڑا بہت کام دے سکتی ہے۔ مگر موڑ دھ اور کشت مطلق نہیں۔

۴۔ ایکاکر۔ وہ برتی ہے جس میں ستو پر دھان ہوتا ہے۔ اور رچ و نم دونوں دب جاتے ہیں۔ یہ کیسوئی کی کیفیت نفس ہے۔ چونکہ یہ بھی برتی ہی ہے اس واسطے پر کرتی کا کار یہ ہونے کی وجہ سے ہے تو جڑ مگر جو مکہ میں من چھل نہیں ہے۔ اس واسطے کچھ کچھ مشدھ ہونے کی وجہ سے آتما کا عکس اس میں پڑتا ہے۔ آدمی کو کچھ کچھ آتما محسوس ہوتا ہے۔ وہ اپنے سروپ کو ساکشات یا پروفکشن تو نہیں دیکھ سکتا ہاں پروفکشن بلور پر دیکھتا ہے۔ یہ سمپر گیات سادھی کہلاتی ہے۔

۵۔ نرموڑ دھ۔ وہ ایک برتی ہے جس میں تمام برتیاں اس طرح رگ جاتی ہیں جس طرح ہوانہ چلے تو چراغ کی تو قایم ہو جاتی ہے اور بائکل ملتے جلتے نہیں۔ یہ اسمپر گیات سادھی ہے۔ ایکاکر اور نرموڑ دھ دونوں برتیاں یوگ میں بہت ہی بکار آتی ہیں۔ یہ برتیاں ہیں جن سب کو روک کر نرموڑ دھ کی حالت بہم پہنچانی ہے۔ یہاں

حاضر ہو جانا دونوں حافطے میں داخل ہیں ۔

چٹ کی جو پانچ برتیاں اور بیان ہوئیں۔ اُن میں سے علم تحقیقی علم مخالف اور علم فرضی جاگرت یا عالم بیداری میں ہوتی ہیں۔ سونے میں ان کا گیان ہوتا ہے تو یہی سچنا کہلاتی ہیں۔ گہری نیند میں نفس کی سرتی ایک سوہ کی رہتی ہے۔ حافظان سب کا یا ایک ایک کا ہو سکتا ہے ۔

ان پانچوں قسموں میں چٹ کی تمام برتیاں آگئی ہیں۔ سکھ دکھ خواہش وادہ وغیرہ ہمارے ہاں سب من کے دھرم ہیں۔ اور ان کو برتیکش ہی مانا جاتا ہے۔ میری اردو پچاساگر میں یہ مضمون شرح و بسط کے ساتھ درج ہے۔ ان پانچوں قسموں کی نسبت یہ بات اور یاد رکھنی چاہئے کہ یہ یا تو کلیشوں کے ساتھ ہوتی ہیں یا کلیشوں کے بغیر۔ کلیشوں کا بیان ہم آگے دیں گے۔ مطلب یہ ہے کہ یہ پانچوں قسم کی برتیاں خوشگوار یا ناخوشگوار کی کے ساتھ ہو ا کرتی ہیں۔ ناخوشگوار برتیاں خوشگوار برتیوں سے دبانی چاہئیں اور خود خوشگوار برتیاں میراگ کے خیال سے برتیوں کی جو تقسیم اوپر کی گئی ہے وہ عام تقسیم ہے۔ اب اگر لوگ میں بکار آمد ہونے کے لحاظ سے دیکھئے۔ تو بھی برتیاں پانچ ہی قسمیں منقسم ہو جاتی ہیں۔ کشیت۔ موڑ۔ کشیت۔ ایکرا اور تروڑ۔ ان میں سے پہلی دو لوگ میں بالکل بکار آمد نہیں ہیں۔ تیسری خاص حالت میں ہی بکار آمد ہے۔ چوتھی اور پانچویں کا بہت ہی کام پڑتا ہے۔ اب ہم ایک ایک کو لیتے جاتے ہیں۔ اور اس کی تشریح کرتے جاتے ہیں ۔

۱۔ کشیت۔ وہ برتیاں ہیں جن میں رجوگن کا ترور ہوتا ہے۔ اور تم و ستو بے رہتے ہیں۔ مثلاً جن حرکات سے آدمی کام میں بہت تن مصروف ہوتا ہے اور جن کو ہوا دھوس کا نام دیا جاتا ہے۔ اور جن کا نتیجہ زیادہ تر دکھ ہے۔ سب

منفصل کشتیں یعنی ضرور نہیں۔ اگر شوق ہے تو میرا فلسفہ سا مکھیدہ دیکھو۔
 ۱۲۔ علم مخالف۔ جھوٹا علم ہے۔ جہاں چیز کچھ اور ہے اور گیان کچھ اور ہوتا ہے۔
 مثلاً اندھیرے میں سٹی کا سانپ نظر آتا۔ درخت کے ٹھٹھہ کا آدمی اور سپی کا
 چاندی دکھائی دینا وغیرہ وغیرہ وہ علم مخالف کہلاتا ہے۔ یہ یرمان کی ضد ہے۔
 اس کا باعث کسی نہ کسی قسم کا دوش ہوا کرتا ہے۔ مثلاً بہرونی دوش اندھیرا۔ آلی
 دوش یعنی اندر یہ کا نقص۔ اندرونی دوش من کے خیالات وغیرہ ہے۔
 ۱۳۔ علم فرضی۔ حقیقت سے خالی اور محض لفظی ہوتا ہے۔ جس کے مقابل کی
 چیز دنیا میں موجود نہیں ہوتی۔ مثلاً گدھے کے سینک۔ آکاش کا پھول۔ بالیچہ
 بنیاد وغیرہ۔

۱۴۔ گہری نیند۔ یہ وہ برتی ہے جو ابھار و بانیسی کے خیال پر مبنی ہے مطلب
 یہ ہے کہ گہری نیند میں چیت کی اور سب برتیاں شانت ہو جاتی ہیں۔ اس واسطے
 کہ اس سب برتیوں کا نہ ہونا صرف ایک گہری نیند کی برتی کا ہونا کہلاتا ہے۔
 اس کا خود برتی ہونا اس وجہ سے ظاہر ہے کہ گہری نیند سے اٹھ کر آدمی
 لہا کرتا ہے کہ نہیں ایسے سکھ سے سوا کہ کچھ خبر نہیں رہی۔ یہ گیان کہ کچھ خبر نہیں
 اس وقت یاد آ سکتا ہے جب انو بھومیں آچکا ہو۔ اور ظاہر ہے کہ انو بھومیں جب
 ایسی برتی ہی آئیگی۔ یہ موہ کی حالت ہے۔ سادھی کا اس سے بہ فرق ہے
 کہ سادھی بیہوشی کی حالت نہیں ہے۔ بلکہ تمام برتیاں شانت ہو کر بزودہ
 کے گمان کی برتی رہتی ہے۔

۱۵۔ حافظہ محسوس کی ہوئی چیز کو چیت سے جاننے نہ دینا ہے۔ پرمانوی کے
 ذریعے سے چیزیں محسوس کی جاتی ہیں۔ ان کے منہ رچت میں جمع رہتے ہیں
 اور وقت ضرورت پر وہ گیان پھر اُسے ہو سکتا ہے یہ جمع رہنا اور بوجھنا ضرورت

کرتا ہے۔ یا اپنے ماؤ پیٹے کا لباس پہناتا ہے۔ پس جتنا علم ہیں ہے۔ وہ دنیا سے بیرونی کا نہیں ہے۔ اشیا خارجی کے علم کا تو امکان ہی نہیں ہے۔ ہماری دنیا اندر ہے یعنی من کے لباس سے بلبوس ہے۔ یہی من یا مائٹڈ جنت کہلاتا ہے۔ کہیں اس کو من کا نام دیدیا جاتا ہے اور کہیں بڑھی کا اس جنت میں لا انتہا برتیاں اٹھتی رہتی ہیں۔ ان کی جماعت بندی بھگوان پنجلی پانچ بڑے مجموعوں میں کرتے ہیں یعنی علم تحقیقی۔ علم مخالف علم فرضی۔ علم خواب اور حافظہ۔ اب ان میں سے ایک ایک کو لیتے جاتے ہیں۔ ۱۔ علم تحقیقی۔ سچے علم کو کہتے ہیں۔ اس کا دوسرا نام پرمان ہے۔ سائنس کی طرح یوگ میں تین پرمان مانے گئے ہیں یعنی پرتیکش۔ انومان اور آگم۔ ان میں سے پرتیکش وہ علم تحقیقی ہے جو اندر یا اور بڑے کے باہم علاوہ سے پیدا ہو۔ مثلاً آنکھ سے دیکھنا۔ کان سے سنا وغیرہ۔ اس قسم کے علم کو سب سچا تسلیم کرتے ہیں۔ انومان وہ علم تحقیقی ہے جو بذریعہ استدلال عقلی حاصل ہوتا ہے۔ مثلاً ہم نے آدمیوں کو مرتے دیکھا ہے۔ اب ایک خاص شخص زید کو لیجئے۔ دلیل کی صورت یہ ہوگی (۱) تمام آدمی غانی ہیں (۲) زید آدمی ہے۔ (۳) نتیجہ یہ ہے کہ زید غانی ہے۔ اسے انومان یا استدلال کہتے ہیں۔ آگم وہ علم تحقیقی ہے جو قابل اعتبار آدمیوں کے قول کے ذریعے سے ہوتا ہے۔ اس کو عربی فارسی اور اردو میں سند کہتے ہیں۔ وید شاستر کی سند مانی جاتی ہے۔ بزرگوں کے قول مانے جاتے ہیں۔ قابل اعتبار آدمی کی بات مانی جاتی ہے۔ اسے آگم پرمان کہتے ہیں۔ ان پر نیا ایک اپمان پرمان یا تشبیہ کیا اور ایجاد کرتے ہیں۔ اور یورپ و آفریقا انسان الکیبی یا بھوا کا علم اور اڑتھائی یا قرینہ دو اور پرمان زیادہ کرتے ہیں۔ یہاں

ہو چکا ہے۔ اس واسطے دوبارہ تشریح کرنے کی ضرورت یہاں نہیں ہے۔
 چت کی حالتیں و مبدا بدلتی رہا کرتی ہیں۔ مثلاً ابھی کسی چیز کا گیان کر رہا ہے۔
 ابھی خوشی رنج و راحت غصہ وغیرہ محسوس کر رہا ہے۔ ابھی کسی شے کی خواہش
 کر رہا ہے۔ ابھی کچھ ارادہ کر رہا ہے۔ انہیں مختلف کیفیتوں کو چت کی برکتوں کا نام
 دیا جاتا ہے۔ چونکہ چت کی حالت و مبدا بدلتی رہتی ہے۔ اس واسطے یہ مادہ یا
 یہ کرتی ہی ہے۔ کیونکہ جہاں تبدیلی ہے وہ سب جڑ چیزیں ہی ہیں۔ مغربی فلسفی جو
 مائنڈ کو ہی روح سمجھ بیٹھے ہیں۔ وہ سخت غلطی کر رہے ہیں۔ روح بے تبدیلی شے ہے
 اس میں تبدیلی کا امکان نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ محض شدہ گیان سرور ہے چت
 تبدیلیئے حالت کی وجہ سے ہی جڑ ہے۔ اس واسطے اہل سائنس و لوگ اس کو
 پر کرتی ہی کا کار یہ مانتے ہیں اور ان کا اس طرح ماننا ہی بکا نپ ہے۔
 چت کی ماہیت شاید اس طرح زیادہ آسانی سے ذہن نشین ہو سکے۔ کہ ہم
 دیکھتے ہیں۔ سنتے ہیں۔ چکھتے ہیں۔ سونگھتے ہیں۔ اور چھوتے ہیں۔ بالعموم یہ کام
 اندریوں کے سمجھے جاتے ہیں۔ لیکن اندریاں صرف اوزار ہیں۔ اس سے زیادہ
 ان کی حیثیت نہیں ہے۔ دیکھو ہمارا دھیان کہیں اور ہو یا ہم کسی خیال میں محو ہوں۔
 تو آدمی ہمارے سامنے سے گزر جائے ہمیں دکھائی نہیں دیتا۔ توپ چھوٹ جائے
 ہم سننے نہیں۔ وغیرہ وغیرہ۔ یہاں اوزار یعنی اندریاں تو پہلے کی طرح ہی کھلی ہوئی
 ہیں اور اپنا کام کرتی ہیں۔ لیکن جس کے سامنے ان کا کام پیش ہونا چاہئے وہ متوجہ
 نہیں ہے۔ یہ چت باا متنبہ کرن یا نفس پامائند ہے۔ اس کا حال بعینہ تالاب یا
 جمیل کا سا ہے۔ کہ اس میں کنکر پھینکو تو کچے بعد دیگرے اہریں اٹھتی ہیں۔ اندریاں
 جو پیشے سے متاثر ہوتی ہیں وہ اثر چت میں پہنچتا ہے۔ یہ اندریوں کا فعل ہے۔ اس
 فعل سے چت اپنا انفعال یا ری ایکشن کرتا ہے۔ اور اس اثر کو اپنے رنگ کے رنگین

باب نہم

سادھی کا بیان

پہلی فصل چٹ اور اسکی برتیاں

اشٹانگ یوگ کے آٹھوں انگ بیان ہو چکے۔ انہیں میں سم یم کے ضمن میں ہم نے سادھی کی تعریف اور کچھ خصوصیات و اقسام بھی بیان کی ہیں۔ اس باب میں سادھی کا مفصل بیان دیا جائیگا۔ اور یوگ کے فلسفے کی تشریح کی جائیگی۔ یوگ کی تعریف بھگوان شیخلی یہ دیتے ہیں کہ چٹ کی برتیوں کا بروہہ یعنی کیفیات نفس کو روکنے کا نام یوگ ہے۔ اس واسطے اول چٹ اور اس کی برتیاں سے ہی بحث شروع کی جاتی ہے۔ چٹ کے معنی یوگ میں ویدانت سے مختلف لئے جاتے ہیں۔ ویدانت میں چٹ میں صرف حافظہ اور مقابلہ داخل ہے اور بس۔ من اینہکار اور بڈھی اُس سے مختلف چیزیں ہیں۔ یوگ میں چٹ صرف قوت حافظہ و مقابلہ ہی نہیں ہے۔ بلکہ من اینہکار اور بڈھی بھی اُس میں شامل ہیں۔ اس واسطے ویدانت کا انتہہ کرن اور یوگ کا چٹ دونوں ایک ہی بات ہے۔ اسی کو انگریزی میں مائنڈ اور عربی میں نفس کا نام دیا جاتا ہے۔ بیرونی اشیاء کا جو علم اندریاں اندر لاتی ہیں۔ وہ اسی چٹ کے لئے لایا کرتی ہیں۔ یہ مضمون شرح و بسط کے ساتھ اسی کتاب کے باب ہشتم کی پہلی فصل میں بیان

نکیر کے خیال سے غروہین پاسے کو درجہ میں کہے اونچے درجہ میں پہنچ گیا ہوں۔ کہ
 لڑیو تا ایک مہرے مشتاق بہنہ ہیں۔ عقل ہے کہ غرور کا سر نہ جاتا ہے۔ اور
 غرور نہ کہ نقص نہ۔ اس نقص کے دور کرنے کے واسطے اُسے لازماً والا برا پیر
 سنا رہی ہو گی۔ اس واسطے خوشی و غرور و رون کا خیال رہے کہ مرگ کو سادہاں
 رکھنا چاہئے اور دیوتاؤں کے بھوگوں پر دھباں ہیں دینا چاہئے یہ
 یہ دیوتاؤں کا بھگن ڈالنا لوگ کے دوسرے ہی دے سے مشرور
 ہو جاتا ہے۔ بولگی کے چار درجے ہو کرتے ہیں۔ پیر بھرتی والا، ابتدائی سرے
 پہلے کہنے والا، صدائے آگین عقل والا۔ بھوکت اور اندریوں پر نتج ہانے والا۔
 انتہائی بھاد والا جس کی سات بھومیوں باور ہے ہم ہر رنگ ہادھی کے
 باب میں بیان کرینگے۔ ابتدائی درجے سے بولگی نے جہاں ترقی کی اور دوسرے
 درجے پر پہنچنا چاہا۔ نوراً دیوتاؤں کا داخل انداز ہی کے اسے آموجد ہو نہ ہو
 وجہ ہے کہ دیوتاؤں کی نشی کی سامان ہمارے ہی لوگ سے پہنچا کرتے
 ہیں۔ جہاں کوئی اس لوک کے بہاگ کرانچے لوک میں جایا جاتا ہے۔ دیوتا بھتے
 ہیں کہ ہمارے ایک دیوتاؤں والی گامے بھاگی۔ پس اگر وہ رستیاں لے لے کر
 پیچھے نہ بھائیں تو کیا کریں۔ اس بات کو دھیان میں رکھ کر بولگی کو ہرات
 کی سمت امتیاط رکھنی چاہئے۔ اگر ابتدائی زیج کے یا انتہائی معلنوں میں خلل
 پیش آجس مثلاً بیماری۔ ونبوی تکالیف۔ آفات ناگہانی۔ اضطراب قلب وغیرہ
 وغیرہ تو ان سے گھبرانا نہ چاہئے۔ بلکہ دیوتاؤں کے بھیجے ہوئے خلل جان کر
 بخوشی گریہ کرنا چاہئے اور اپنے کام سے کام رکھنا چاہئے۔

دارالحسن یعنی دکھ کے کھردنیا میں اسے پھر جنم لینا پڑا ہے۔ پس اگر تبھاس کی برکت سے کچھ اور شکیتاں اسے میں ظاہر ہوتی دکھائی دیں۔ تو انہیں محض قدرتی تشاؤ سے ہی سمجھنا چاہئے۔ بہتر ہے کہ نظر ان سے ہٹاؤ اور اور اپنا دیکھو۔ نہیں ہٹا سکتے تو تشاؤ ہی خیال کر کے سیر کرو۔ مگر ان میں نہ پسندو اور نہ محو ہو جاؤ۔ ورنہ تمہاری زندگی ترقی مسدود ہو جائیگی۔

تبھاس کے ہر درجے میں اس درجے کے مطابق ستر حیاں اور شکیتاں ہونا ہوا کرتی ہیں۔ سب سے اونچا درجہ ستو کا سادھی کا ہے جس میں ہر ایک چیز میں زندگی کو قدرت چال ہو جاتی ہے۔ اس کے متعلق بھگوان چٹنئی ابھیا سی کو پراپت کرنے میں کہ دیوتاؤں کی دعوت پر اٹھا۔ خوشی یا کبر نہیں کرنا چاہئے۔ کیونکہ پھر خرابی کے عود کرنے کا احتمال ہے۔ اس سوشر کی شرح چونکہ بہت درجیب اور نتیجہ خیز ہے۔ اس واسطے اسے یوگ درشن اُردو سے یہاں نقل کرتا ہوں :

آدمی جب اونچے درجوں پر چڑھتا ہے تو کثیف طباقوں سے اسکی نگاہ بستی ہے۔ اور لطیف طباقوں کے دلکش نظارے نگاہ کے سامنے گزرنے میں۔ یہ اونچے لوگوں کے نظارے ہیں۔ ان اونچے لوگوں میں جو مخلوق رہتی ہے وہ دیوتاؤں کے نام سے یکاری جاتی ہے۔ ان کے بھوگ بنہایت دل بھانے والے اور لطیف ہوا کرتے ہیں۔ یوگی جب اس درجہ عالی پر پہنچتا ہے تو دیوتاؤں سے بلا تے ہیں۔ کہ او اور بار سے ساتھ بھوگوں میں شریک ہو۔ اس وقت دو صورتیں ہو سکتی ہیں۔ ایک تو ب آدمی ان بھوگوں میں محو ہو جائے اور دیوتاؤں کے ساتھ ان کے لوگ میں رہنے لگے۔ اسکا نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ آئندہ ترقی سے محروم رہ کر کیو تلبہ چکر نہیں پھینکا بلکہ کچھ حصے اونچے لوگوں کے لطیف بھوگ بھوگ کر کر مہاپن ہونے پر پھر ار میں برہی گریگا اور آواگون کے چکر میں پڑا گھوما کریگا۔ دوسرے یہ کہ وہ

اونچے طبقوں کا باشندہ ہو گا۔ غرض یوگی چاہے یا نہ چاہے۔ سیدہ حیا اور شکستیاں وقت پر نمایاں ہونگی پر ہونگی۔ یہ ایک قدرتی امر ہے۔

یوگ ابھیا س میں دو غلطیوں سے بچنا چاہئے جن کے شکار اکثر آدمی ہو جاتا کرتے ہیں۔ اول آدمی ابھیا س شروع کرتا ہے تو بے صبری سے چاہا یہ کرتا ہے کہ فوراً سیدہ حیا اور شکستیاں ظہور میں آنے لگیں۔ مگر چونکہ منور ابھیا پکا نہیں ہے۔ اُن کا ظہور نہیں ہوتا اس سے ابھیا سی بد دل ہو کر ابھیا س چھوڑ بیٹھتا ہے اور یوگ کو محض دھوکو سلا سمجھنے لگتا ہے۔ ایسا آدمی کچھ حاصل نہیں کر سکتا۔ محض تضحیقات کرتا ہے اور خاک نہیں۔ پس شروع ہوا اور بھگتی کے ساتھ وہ ابھیا س جاری رکھنا چاہئے جو گورو نے بتایا ہے۔ بتدریج ہولے ہولے ترقی ہوگی۔ اور وہ وقت آئیگا جب ابھیا س اپنا پھل دیگا۔ گہرا نا

نہیں چاہئے۔ وقت پر ہی ہر چیز بار آور ہوا کرتی ہے۔ دوسرے بڑی خرابی کی بات یہ ہے کہ آدمی محولی کثیف طبقے سے اٹھ کر لطیف طبقوں میں بیٹھتا ہے۔ تو وہاں کے لطیف نظارے اُس کی نظر سے گزرتے ہیں۔ اور لطیف بھوگوں میں وہ لطف نصیب ہوتا ہے کہ اس دُنیا سے کثیف میں اُس کی نظیر نہیں ہے۔ ان میں ابھیا سی پھنس جاتا ہے۔ اور یہ نظارے اور بھوگ اُسے ایسے مطبوع اور خوشگوار معلوم ہوتے ہیں کہ اُن میں ہی محو ہو کر اوپر چلا اٹھنے کی کوشش نہیں کرتا۔ یہ بڑی بھاری غلطی ہے۔ یوگ کی سیدہ حیا اور شکستیاں آدرش یا معراج نہیں۔ بلکہ محض راستے کے باغ ہیں منزل کی دیکھ لیہ یا موکش پر ہے جہاں سے بازگشت نہیں ہے۔ اگر بیچ کے کسی باغ میں ہی منزل سمجھ کر قیام کر لیا۔ تو وہاں دوامی ٹھیرا نصیب نہیں ہو سکتا۔ بھوگ ختم ہونے پر وہاں سے آدمی ضرور بالضرور نکالا جاتا ہے اور پھر اسی

لال ہے اور یہ کالی۔ جہاں جنس وہ اس دن متحد ہیں۔ اس کو تیز و تند
مکان ہوتی ہے۔ مثلاً کالی گائے یہاں کھڑی ہے اور یہاں۔ جہاں
جنس و خواص و مکان تینوں متحد ہیں مثلاً پرلے کہ وقت لانی اللالی لیلیٹ
پرمانوں کی صورت میں وہاں ذریعہ تیز لمبوں پر بھی سمجھ کرنا ہے۔ یہ گیان
تارک کہلاتا ہے۔ سب کچھ اس کا پیشہ ہے اور وہ بھی معمولی سوکشم اور گیان
تینوں اور تنہاؤں میں۔ اول اندریوں اور ان کے قوسل سے اور بعد میں خود
جو تینوں کشت کے طور پر۔ اس تیز و اشراق کا انتہائی درجہ یہ ہے کہ چیت کے
ستارہ و گیان سروپ پُرش کی صفائیاں جو نے پر کو تیز بہم پہنچتی ہے یعنی
یہ درجہ بھی نصیب ہو جاتا ہے کہ چیت کا آخند اور پر کا شاہک جو باہر کرتی ہے
کار بہ بجا جاتا ہے اور پُرش کو اپنے متحد و گیان سروپ میں مستثنیٰ یا قیام
ہو جاتا ہے۔

۵۔ سیدھیوں کے متعلق بات

میں ادیر بتا چکا ہوں کہ سیدھیوں کوئی عجیب و غریب چیز نہیں ہیں۔ بلکہ
محض قدرتی ہیں۔ جو شخص یوگ کے کوچے میں داخل ہوتا ہے۔ ابھی اس کو تازہ
بہار سے پُرش اور پر کرتی ہیں تیز بہم پہنچاتا ہے۔ اسے یوں سمجھ کہ جس شخص کو طبع
میں معمولی آدمی رہتے اور کاروبار کرتے ہیں۔ وہ اس سے اونچا اٹھ آیا ہے۔
پس معمولی معمولی طبع کی قوتوں اور تالیفوں سے جو شخص کو نصیب ہوتی ہیں۔
اس میں قدرتا کچھ قوتیں اور تالیفیں زیادہ ہونی چاہئیں۔ وجہ ظاہر ہے۔ کہ معمول
طبع سے محدود نہیں رہا بلکہ اس کو دیرا کر سوکشم یا لطیف طبعوں میں پہنچا ہے۔ جو
یکے بعد دیگرے زیادہ لطیف ہوتے جائیں گے۔ یہیں کے بھوک اسے طبع گے۔
یہیں کی قوتیں اور تالیفیں اس میں پیدا ہونگی۔ اور معمول طبع کی بجائے وہ نہیں

جسم کام لے سکتا ہے۔ اور پردھان یعنی مول پر کرتی تک یرتا بویا سکتا ہے۔

۴۔ اتم درشن کے متعلق سیدھیباں

مہا بھوتوں اور اندریوں پر فتح پانے کے متعلق سیدھیباں بیان ہوئیں۔ انتہ کر
باقی رہتا ہے۔ اس پر فتح پانے کے متعلق سیدھی اب مان کی جانی ہے۔
۱۔ سب پر حکمرانی۔ جو یہ دھیان کرتا ہے کہ انتہ کر کا ستو بھوگ روپ ہے
اور میں جیتن پرش بھوگتا اس سے اکل پیر اور علیحد ہوں۔ اُسے یر کرتی کے
تمام کاریوں پر حکم رانی نصیب ہونی ہے۔ کیونکہ جو چیز ہے وہ گنوں کا ہی کاریہ
ہے۔ چونکہ اس طرح سم یم کرنے والے کو گنوں کے غائب حاضر اور مستقبل نینوں پر نیا رنگ
گیان نہ تا ہے اس واسطے وہ سر و گیدہ پروی پر چڑھ جاتا ہے۔ یہوشی کار سنگیا والی
یشو کا سادھی ہے۔ جس میں ہر ایک چیز یر قدرت حاصل ہو جاتی ہے اور فکر و پنج
والم پاس نہیں بٹھکے یا۔ انتہائی درجہ یہ ہے کہ اس قوت و قدرت کو بھی آدمی
یہی سمجھے۔ کیونکہ یر کرتی کے تماشے ہمیشہ بدلتے ہی رہتے ہیں۔ اور بدلتے والی
چیز میں کیا دبستگی کرنی۔ اس میراگ کے خال سے کٹو لہ نہ نصیب ہوتی ہے۔
جہاں ناظر پرش کا اپنے مہروپ میں تمام ہونا ہے۔ یہ اچل پد موش کا ہے۔
۲۔ تمیز و اشتراق کٹو لہ کی یر سیدھی لچوں یر سم یم کرنے سے بھی ہو سکتی ہے۔
لحہ وقت کا چھوٹے سے چھوٹا حصہ ہے اور یاد رہے کہ یر کرتی کی ساتھ اسٹھا
سے لگا کر سنھولی برہانڈ بنے تک پردھان میں حتیٰ تبدیلیاں ہوتی ہیں وہ
انہیں لچوں میں ہوتی ہیں۔ پس جو لچوں یر سم یم کرتا ہے وہ یر کرتی کے ہر کاریہ کو
دیکھتا اور اُسکا گیان کرتا ہے۔ گیان کے مختلف درجے ہوا کرتے ہیں۔ اول
چیزوں کی تمیز ان کی جنس سے ہوتی ہے۔ مثلاً یہ گھوڑا ہے بر گاے ہے وغیرہ
وغیرہ۔ جہاں جنس ایک ہے وہاں خواص سے تمیز ہوتی ہے مثلاً یہ گاے

یوگ کی مشہور و معروف آٹھ سیدھیاں ہیں۔ ہا سیدھیاں کا نام بھی دیا جاتا ہے۔ اسی سم یکم کا نتیجہ ہیں۔ ان کے نام اور خواص مندرجہ ذیل ہیں۔

(۱) اینٹا یعنی یرانو سا تھوٹے سے بیوٹا جسم بنانے کی طاقت۔ (۲) پہلا یعنی ۲ کاش ساڑے سے بڑا جسم بنانے کی طاقت۔ (۳) گھیا یعنی روٹی سے ہلکے سے ہلکا جسم بنانے کی طاقت۔ (۴) گر سیا یعنی پہاڑ سا بھاری سے بھاری جسم بنانے کی طاقت۔ (۵) یرا تھی بھی ہر جگہ پہنچنے کی طاقت مثلاً اجرام سماوی میں (۶) پراکاتہ یعنی ہر ایک خواہش کو پورا کر لینے کی طاقت۔ (۷) ایستری یعنی خلیفہاں یعنی کی طاقت۔ (۸) ویشٹو یعنی سب پر حکمرانی کی طاقت۔ ان میں سے پہلی پانچ سیدھیاں عناصر کرشیف پر منحہ پانے سے پیدا ہوتی ہیں۔ چھٹی ان کی صورت نام پر سم یکم کرنے سے۔ اور باقی دو تھوٹا تراویں پر سم یکم کرنے سے۔ انہیں سے یوگ کی تکمیل جسم بھی انجام کو پہنچتی ہے۔ جس میں مندرجہ ذیل چار خوبیاں بھی شامل ہیں۔ خوبصورتی۔ دلنشینی یعنی ہر ایک کے من کے بھانے والا جو ہر خوبصورت آدمی کے لئے ممکن نہیں ہے۔ طاقتور یعنی بہت بڑا ہونا۔ اور پیرے کی سی کھٹائی امانتی۔

۲۔ اندریوں پر فتح پانا۔ ادراک۔ مائیت۔ مین وائی۔ شکرست۔ اور بارہ دیویر سم یکم کرنے سے ہوتا ہے۔ ادراک کے سہی ہیں اندریوں کا باہر جاننا اور بشیوں کا علم اندر لانا۔ مائیت خود اندریوں کا سروید ہے۔ مین وائی اہنگار ہے جس سے یہ گیان ہونا ہے کہ میں نے جانا۔ شکرست یعنی ساری ہونے اور بارہ دیو کی نصرتیں اوپر دی جا چکی ہیں۔ جیسے ہا بھوت پانچ حالتوں میں رہتے ہیں۔ اس طرح یہ اندریوں کی پانچ حالتیں ہیں۔ ان کے سم یکم سے لوگی کے بدن میں من کی سی تیزی پیدا ہو جاتی ہے کہ کبھی یہاں دہلی میں ہے اور کبھی مئی پنہیا۔ اندریوں کا واسطہ

۳۱۔ نور کے حجاب کا دور مونا۔ غیر مفروض مہا بدیہا برتی پر سم پریم کرنے سے
حال ہوتا ہے۔ ہم من کو جسم کے اندر سمجھتے ہیں۔ اول یہ خیال چت میں بٹھائیں کہ
من بلا تعلق جسم باہر سیر کرنے جاتا ہے اور نظر اسے دیکھتا ہے تو یہ مفروض
نظارے نظر آنے لگتے ہیں۔ بتدریج ترقی کرنے سے یوگی کا چت حقیقت میں ہر
جانے لگتا ہے اور وہ اپنے آپ کو ادروں پر عیاں کر سکتا ہے۔ چت کی یہ
برتی غیر مفروض مہا بدیہا کہلاتی ہے۔

۳۲۔ مدھو پر تیک سدھیاں

مدھو پر تیک کے معنی میں شہدی میٹھی۔ چونکہ یہ سدھیاں نہایت اعلیٰ درجے
کی ہیں اور آتم درشن میں بھی معاون ثابت ہو ا کرتی ہیں۔ اس واسطے انہیں یہ
نام دیا گیا ہے۔

۱۔ مہا بھوتوں پر فیتہ پانا۔ عناصر خسرہ کی پانچ حالتوں پر سم پریم کرنے سے ہوتا ہے۔
عناصر خسرہ خاک آب آتش ہوا اور آکاش ہیں۔ انکی پانچ حالیں سندرجہ ذیل
ہیں۔ اول کیفیت جن سے وہ مخصوص شکلوں میں روزمرہ ہماری نظر سے گزرتے
ہیں۔ دوسرے ان کی صورت قائم مثلاً آگ کی حرارت پانی کا مائع ہونا وغیرہ
تیسرے ان کی صورت لطیف جن میں یہ متواتر اروپ ہو کر گویں روپ پرش
اور شبہ ہو کر محسوس ہوتے ہیں۔ چوتھے ان کی صورت بارور یعنی جس غرض سے
وہ ہر جگہ بھر پور ملتے ہیں۔ پانچویں ان کی صورت بارور یعنی جس غرض سے
ان کی رجحان عمل میں آتی ہے۔ جو یوگی مہا بھوتوں کی ان پانچوں حالتوں پر سم
پریم کر سکتا ہے وہ مہا بھوتوں پر فیتہ پاتا ہے۔ اور چونکہ کل کائنات مہا بھوتوں
سے ہی ملکر بنی ہے۔ اس واسطے وہ کل کائنات کے ساتھ ہم آہنگی پیدا کر سکے جو
چاہے کر سکتا ہے۔

کار بہ ہے۔ اس واسطے بھوک روپ یعنی جڑ ہے۔ گیان سروپ پُرش اس سے علیحدہ ہے جو جتن بھوگتا ہے پس یہ دھیان کرنے سے کہ میں جیتن بھوگتا ہوں پر کرتی سے پُرش کی تمیز بہم پہنچنے لگتی ہے جو کیو تید کا پہلا قدم ہے۔ اس طرح دھیان کرنے والا لطیف طباقوں کے لطیف بھوک یعنی حس آوازلس ذالیقہ اور بو بھوگتا ہے۔ ان میں پُشس گیا تو سادھی میں خلل واقع ہو گا۔ اس واسطے یہ سادھی کے بکھن میں اور اٹھان کی حالت میں سیدھی ہے۔

۸۔ اوروں کے جسم میں داخل ہونا۔ اسباب بندھ کے ڈھیلا ہونے اور نکلنے کی راہ پہنچانے سے ظہور میں آتا ہے۔ چت دیا پاک چیز ہے مگر آدمی ابتدائے اس بندھ میں گرفتار ہے کہ میں نے پاپ پُش کئے ہیں۔ اس واسطے انسان ضعیف البیان اور محدود ہوں۔ سمیم سے یہ بندھ بھی ڈھیلا ہوتا ہے۔ اور یوگی اُن نائیلوں کی بھی پہچان کرتا ہے جن میں پران کی آمدورفت ہے۔ انہیں کی راہ اُسکا چت باہر جا کر اور اجسام میں داخل ہو سکتا ہے۔

۹۔ اوپر اٹھنا۔ اُدان پر سمیم کرنے سے چل ہوتا ہے۔ کیونکہ اُدان کا ہی کام جسم کو اٹھانے رکھنا ہے۔

۱۰۔ جسم کا پر کا شمان نظر آنا۔ سامان پر سمیم کرنے سے چل ہوتا ہے۔ کیونکہ سامان چونکہ کھانا پضم کرتا یا پکاتا ہے۔ اس واسطے گویا آگ کا کام دیتا ہے۔

۱۱۔ لطیف آوازوں کا گیان۔ کان اور آکاش کے تعلق پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ کیونکہ یہی حس آواز کے باعث ہیں۔

۱۲۔ آکاش میں چلنا۔ جسم اور آکاش کے تعلق اور روئی سے ملنے کے خیال پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ آکاش اور جسم کا تعلق یہ ہے کہ آکاش مکان ہے اور جسم اُس کا مکیں۔ پس مکیں مکان میں چاہے جس جگہ جا سکتا ہے۔

۱۲۔ تاروں کا گیان۔ چاند پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ سورج پر سمیم کرنے سے نہیں۔ کیونکہ سورج کی روشنی میں تارے چھپ جاتے ہیں۔
۱۳۔ حرکت کا گیان۔ قطب پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ ستاروں کی حرکت بھی اور خود قطب کی حرکت کا بھی جو بالکل ساکن نہیں ہے۔

۱۴۔ اندرونی سیدھیاں

بہرونی سیدھیاں وہ ہیں جن کی تھیں کے واسطے اپنے جسم سے باہر کی کشتی پر سمیم کیا جاتا ہے۔ اندرونی وہ جن کے حصول میں اپنے جسم کے اندر کے حصوں میں سے کسی پر سمیم کیا جاتا ہے۔

۱۔ نظام جسم کا گیان۔ نا بھی چکر یا ناف کے چکر پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ کیونکہ یہ نا بھی مرکز جسم ہے۔

۲۔ بھوک پیاس پر قابو۔ خلق کے گڑھے پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔

۳۔ کیونکہ پران وایو اس سے ٹکراتا ہے تو ہی بھوک پیاس لگا کرتی ہے۔

۴۔ استقلال نصیب ہونا کچھواناڑی پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے جو طاقتور کے گڑھے کے نیچے ہے اور جس کا کام جسم اور چیت کا قائم رکھنا ہے۔

۵۔ سیدھوں کے درشن۔ بھوؤں کے بیچ کے سولس یعنی برہم رندھر کے نور پر سمیم کرنے سے ہوتے ہیں۔ کیونکہ سیدھوں کے چیت بھی لودانی میں۔

۵۔ سبب قسم کا گیان۔ ہرتی بھائی چیت کے نور پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔

جس کے جاننے میں ہر شے الہام کے طور پر روشن ہو جاتی ہے۔

۶۔ چیت کا گیان دل پر سمیم کرنے سے ہوتا ہے۔ کیونکہ دل کے اشٹ دل کل

میں چیت کا ستھو چکا کرتا ہے۔

۷۔ پریش کی تمیز۔ اپنے پر سمیم کرنے سے ہوتی ہے۔ چیت کا ستھو پر کرتی

- ۵۔ اوروں کے خیالات کا گیان۔ دیگر عرب اقوام کے خیالات پروردگار اس میں کے خیالات پر سحریم پرکے سے ہوتا ہے۔
- ۶۔ غائب ہونے کی طاقت ہیں اوروں کے جسم کا گناہ سحریت ہوتا ہے کہ ان کے جسم کے ساتھ کون سے نہ رستی کی شفا میں ہمیں میں کسی سے نہ رستی آگاہ کی رستی کی۔ وہ ہیں مسرت ہیں۔ انی شفا برکت تہہ ہوں پروردگار کے ہاں مانے ہیں دیا اس سے شفا ہوں۔ انی شفا ہوتا ہے۔
- ۷۔ موت کے وقت کا حکم ہیں۔ شفا ہونے کے لئے شفا۔ وہ ہیں شفا ہوتا ہے۔
- ۸۔ حواسِ کل طاقتیں۔ ہم آہلی رستم خوشی۔ بے پروائی یا زور اعداں پر سحریم کرنے سے حال ہوتی ہیں۔ مثلاً ہم آہلی پر دھیاں دینے سے یا ہے جس کو اپنی طرف کھینچنا وغیرہ۔
- ۹۔ ہاتھی وغیرہ کا زور۔ ان جانوروں یا ہوا وغیرہ کے مدد پر سحریم کرنے سے حال ہوتا ہے۔
- ۱۰۔ لطیف محسنی اور دوسکی چیزوں کا گیان۔ برزور پر در حالت نفس پر سحریم کرنے سے ہوتا ہے۔ کیونکہ یہ شفا کی حالت ہے اور اس کے پاندے میں ہر شے کا کشف ہو جاتا ہے۔ اس کا ذکر آگے آجیگا۔
- ۱۱۔ لوگوں کا گیان۔ سورج پر سحریم کرنے سے ہوتا ہے کیونکہ وہ سب لوگوں پر کاشف ہے۔

آتی ہیں ان کا بیان ہم اسی فصل میں بھی کرتے ہیں۔ آسانی سے یاد رکھنے کے لئے میں نے انہیں چار قسموں میں تقسیم کر دیا ہے۔ بھگوان تیجی کے ہاں بقیہ ہم نہیں ہے بلکہ سب سلسلے وار دی ہوئی ہیں :

۲۔ بیرونی سیدھیاں

سیدھیموں کا مضمون شرح و بسط کے ساتھ مع اصول و براہین میرے یوگ روشن میں دیا ہوا ہے۔ یہاں اتنی لطائف کی گنجائش نہیں ہے۔ اس واسطے مضمون سمجھنے اور ذہن میں بٹھانے کے واسطے خلاصے کے طور پر دیتا ہوں :

۱۔ ماضی و مستقبل کا گیان۔ دھرم لکسن اور دوشنہا پر ناموں پر سم یک کرنے سے ہوتا ہے۔ چیز کی موجودہ صورت پر یوگی سم یک کرتا ہے اور چونکہ اس کی اشکال ماضی و مستقبل کے سنسکار و صورت حال میں موجود ہیں۔ ان پر دھیان جانے سے ماضی و مستقبل کا حال منکشف ہو جاتا ہے :

۲۔ صدائے جیو انا سنا کا گیان۔ شدید معنی اور گمان پر علیحدہ علیحدہ سم یک کرنے سے ہوتا ہے۔ معمولی آدمیوں کو اس واسطے نہیں ہوتا کہ ہم لوگ گائی (گائے) لفظ جس میں خاص ترتیب حروف ہے۔ اس کے معنی یعنی ناس نہیں کا جانور۔ اور اس لفظ کے سنسنے ہی چیت کی خاص صورت کی برتی ہوئی یعنی گیان برتی ان تینوں کو باہم خلط کر دیتے ہیں۔ یوگی چونکہ تینوں پر علیحدہ علیحدہ دھیان دیتا ہے اس واسطے جانوروں کی آوازوں کا مطلب صاف سمجھ لیتا ہے :

۳۔ پہلے جنموں کا گیان۔ اور متش یعنی ٹیٹ پاپ کے سسکاروں پر سم یک کرنے سے ہوتا ہے۔ جو موجودہ چیت میں جنم جنم کے موجود رہتے ہیں اور جنموں کا چیت میں سم۔ اور انوں کے من کا گیان۔ علامات مثلاً موجود آدمی کے چہرے وغیرہ اور غیر موجود کے کپڑے ہاں وغیرہ پر سم یک کرنے سے ہوتا ہے :

بلا کر نیند بنا با۔ یہ جو فحشی ترتیب ہوئی۔ پنڈ سے چاک پر گھڑا بنا یا۔ یہ پانچویں ترتیب ہوئی۔ اس طرح ترتیب کے بدلنے سے وہی ایک ہی مختلف صورتیں بدلتی چلی جا رہا ہے۔ ہر شے میں یہی لا انتہا صورتیں اختیار کرنے کی طاقت بالقہ کے موجود ہے اس واسطے اگر وہ بدل کر کچھ سے کچھ بن جائے تو تعجب و حیرت کا مقام نہیں ہے۔ اس تمام بحث کا ماحصل یہ ہے کہ حیت جب سم یوم میں کمال حاصل کر لے تو وہ بدل کر خا سے جو نئی شکل اختیار کر سکتا ہے۔ اور ظاہر ہے کہ عون ہی شکل اسے اپنا رکھتی ہے۔ اسی لئے کی شکوں کے ساتھ اس میں ہم آہنگی بھی پیدا ہوگی۔ اس صورت میں سم یوم ہی آدمی ہر طبقے میں محسوس کیاں ہی حاصل نہیں کر سکیگا۔ بلکہ اس طبقے کی شکوں کی طرح کام کر سکیگا۔ یہی طبقے پر حاوی ہونا اور قابو پانا ہے۔ اسی کو سیدھی نام دیا جاتا ہے۔ مجھے یقین ہے کہ سیدھیوں کے مضمون پر جو روشنی اوپر ڈالی گئی ہے۔ اس سے ناظرین صاف صاف سمجھ گئے ہونگے کہ ہر قسم کی سیدھی احاطہ امکان میں ہے۔ اور فوائد بن قدرت کے خلاف نہیں۔ بلکہ عین مطابق ہے سیدھیوں پانے کے اسباب بانج ہیں۔ پیشدیش۔ دوا۔ شستر۔ تپت سادھی۔ سیدھیتی سیدھیوں اس قبیل کی ہوتی ہیں جیسے پرندوں کا ہوا میں اڑنا۔ مچھلیوں کا پانی میں تیرنا۔ آدمیوں کا سر بٹے کان میں نظر فلسفہ نہ بار یا فحشی کا دماغ وغیرہ۔ غمرہ لے کر ماں کے پیٹ سے پیدا ہونا جو پہلے جنموں کی کائناتی کا نتیجہ ہیں۔ دوا منتر اور سب کی سیدھیوں شہر حرام ہیں۔ دوا مل کر ہاتھ آگ میں دید و تو جلتا نہیں۔ شرمان آجائے اگر شن وغیرہ ابھی ہندوستان میں عام طور پر سمجھے جاتے ہیں۔ تب وہ چیز ہے کہ اس سے کچھ ڈر لہجہ نہیں ہے۔ ربا ضت اور غور و مطالعہ سب تپ میں داخل ہیں اور زمانے کا تجربہ شاہد ہے کہ ان سے سب کچھ ہو سکتا ہے۔ سادھی یا سم یوم سے جو سیدھیوں ظہور میں

اوستھا پر بنیام پر کھلا ہے کہ اس میں چیز پختگی کی حالت کو پہنچے۔ بائس میں زوال شروع ہو کر موجودہ حالت نہ رہنے مائے و
 نہیں پر بنیام میں جو ہر چیز کے ہونے رہتے ہیں۔ یعنی اسکا دھرم بدلتا ہے۔ لکتن بدلتا ہے اور
 اوستھا بدلتی ہے جو اصل شے لکے ساتھ نہیں ملتی لکڑیاں نہی حال مستقبل میں غیر متبدل رہتی
 ہے وہ دھرمی ہے۔ چیز کے امینی یا غائب شدہ دھرم وہ ہیں جو اسکا کام کر کے
 اب ثابت ہو گئے ہیں۔ حال کے یعنی موجودہ دھرم وہ ہیں جو اسوقت موجود
 ہیں مستقبل دھرم وہ ہیں جو اسوقت حالت بالقولے میں ہیں اور جن کے ذریعے
 سے چیز آئندہ اور شکلیں اختیار کریگی۔ یہ دھرم ہیں جو ہمیشہ بدلتے رہتے ہیں۔
 اگر ان کے پس پشت کوئی اصلی غیر متبدل شے نہ ہو تو فقط تبدیلی ہی تبدیلی
 احاطہ احساس نہیں آتی ممکن ہے۔ غیر متبدل کے ساتھ مقابلہ کرنے سے ہی
 تبدیلی کا احساس ممکن ہے۔ تبدیلی محض صورت میں ہے۔ دھرمی میں نہیں۔ ہر
 تبدیلی میں دھرمی جوں کاتوں رہا کرتا ہے۔ مثلاً سونے کا ڈالو۔ اسکی ایک صورت
 ڈالے کی ہے۔ یہ بدل کر کڑا بنا سکتے ہیں۔ کڑا دوسری صورت ہوا۔ کڑے کی
 جوڑیاں بنا سکتے ہیں۔ جو تیسری صورت ہے۔ اسی طرح دھرم یا صورتیں لا انتہا
 ہر لی جاسکتی ہیں۔ مگر سب میں دھرمی سونا غیر متبدل رہتا ہے۔ یہی دھرمی
 تبدیلی کو پر بنیام کا نام دیا جاتا ہے۔ دھرموں ہی کا دوسرا نام گن ہے۔ اصل
 مادہ یعنی پتر کرتی دھرمی سونے کی طرح ہے جو سب میں ایک رس رہتی ہے
 اور نہیں بدلتی ۔

اس ہم تبدیلی کا باعث دھرموں یا گنوں کی ترتیب کا بدلنا ہے۔ مثلاً
 مٹی کا ڈھبلا اب ایک خاص صورت یا خاص ترتیب اجزا میں ہے۔ اُسے
 توڑ کر کوٹا۔ یہ دوسری ترتیب ہوئی۔ کوٹ کر پانی ملا یا یہ تیسری ترتیب ہوئی۔ پانی

بحث صرف حدیث کے بارے میں ہے۔ وہ دو اور سہ ماہیہ کے پر نیام ہوا میں روکنی ہے۔ دیدار ساتا ہے کہ کائنات نقتہ خواب کی طرح متغیبا ہے۔ وہ تبدیلیاں میں نمودار ہے۔ سہ ماہیہ یو۔ آج کل کے مغربی فلسفی دنیا کو تیشیا نہیں مانتے۔ بلکہ دوسے کا داعی و جہاد سلیم کرتے ہیں اور پر نیام واؤ کے تانے میں ہیں۔ یہاں یہ بحث نہیں اٹھانی یا متناکران دونوں ملامتوں میں سے کو سا حال ترجیح ہے کہ جو بحث طویل ہے اور اس کا اس کا محسوس نہیں ہے۔ جو اسباب دیکھتے ہیں وہ میری کتاب پہل درویش فلسفہ نکسا اور کیا ان لوگ بعد روئیں۔

جہاں پر نیام واؤ کو مان لیا جاتا ہے۔ کہہ کر یوگ کا فلسفہ اسی پر مبنی ہے۔ بلکہ ان کی بنیادی کہتے ہیں کہ سطر چت کے میں پر نیام ہوتے ہیں یعنی دھرم پر نیام۔ لکشن پر نیام اور اوسٹیا پر نیام سٹرج ہر جین کے یہی مینوں پر نیام ہوا کرتے ہیں۔ ہینر نمود دھرمی ہے جو متبدل نہیں ہوتی۔ مگر وہی مختلف اسباب کے جمع ہونے پر مختلف صورتوں میں نمایاں ہوتی رہتی ہے۔

دھرم پر نیام وہ کہلاتا ہے کہ غیر متبدل دھرمی کا چلا دھرم ہٹ جائے۔ اور اس کی جگہ دوسرا دھرم نمایاں ہو جس طرح مٹی ایک دھرمی ہے۔ اور فی الحال اس کی پنڈ کی صورت بادھرم ہے۔ اس کو چھوڑ کر وہ گھر ٹے کی صورت اختیار کرے۔ یہ دھرم پر نیام کہلاتا ہے۔ یہی اس کا ایک دھرم بدل گیا اور اس نے دوسرا دھرم اختیار کر لیا۔

لکشن پر نیام یہ کہلاتا ہے کہ چیز کو زمانہ ماضی حال یا مستقبل کے لحاظ سے دیکھا جائے۔ ظاہر ہے کہ چیز کا لکشن یا تعریف زمانے ہی کے لحاظ سے ہو سکتی ہے۔ مثلاً گھر ٹے کا مستقبل صورت کہ نہ اختیار کر کے موجودہ صورت زمانہ حال میں بحال رکھے رہنا۔ یا زمانہ ماضی کی اپنی پہلی صورت چھوڑ کر موجودہ صورت میں ظاہر ہونا۔

پہلے ہی فصل - ستمیم کے متعلق سیدھی

ستمیم کی تعریف اور مابینت اوپر بیان ہو چکی ہے۔ اسی ستمیم کے ذریعے سے یوٹی
 پر ستم کی سیدھی ہم پہنچا سکتا ہے۔ جو یوگک شوٹر کے بھونی یاد میں آجگے اں
 پہنچنے والے تفصیل کے ساتھ دی ہیں۔ ستمیم کے باؤں میں میں نے اُن کے متعلق
 سیدھی بھی دی تھیں اور وہیں ہر امر بھی بیان کیا تھا۔ کہ کونا وقت لوگ ان
 سیدھیوں پر بے سوچے سمجھے یہ اعتراض کر دیا کرتے ہیں۔ کہ سیدھی میں اُن
 توہمات اور خلافِ قانون قدرت میں۔ وہ غلطی پر ہیں۔ کیونکہ قوانین قدرت
 مالاہٹنا ہیں۔ اور دُنیا میں کوئی شخص ایسا نہیں ہے جسے نام و کمال تو ان قدر تک
 علم ہو اور دعویٰ کے ساتھ کہہ سکے کہ ملاں ماتِ خلافتِ قانون قدرت۔ سہہ۔
 ساتھ ہی یہ بھی وعدہ کیا تھا کہ سیدھیوں کا فلسفہ اُسے کھلا جائیگا۔ چنانچہ اس
 باب میں فلسفہ بھی دیتا ہوں۔ اور سیدھی بھی بیان کرتا ہوں۔

۱۔ سیدھیوں کا فلسفہ

ماظرین کو خیال رہے کہ اہل ساکھیر نیام واد یعنی مسئلہ ارتقاء اولیہ میں
 ماننے والے ہیں اور یوگک شاستر نے یہ واد جوں کا توں اپنے فلسفے میں اختیار کیا ہے
 پر نیام واد کے یہ معنی ہیں کہ مادہ ایک ہے۔ وہی مختلف اسباب سے جمع ہونے پر
 مختلف چیزوں کی صورت میں متبدل ہوتا رہتا ہے۔ یہی مسئلہ آج کل یورپ اور
 امریکہ کے اہل سائنس و فلسفہ مانتے ہیں۔ پُرانا ایٹموں کا مسئلہ جسے ہمارے لوگ
 برمانو واد کہتے ہیں اور جسے ویشیشٹک اور نیاک مانتے ہیں۔ اب دُنیا سے متردک
 ہو گیا ہے۔

اُسے نام دیا جاتا ہے۔ وہ حالت نفس ہے کہ اس میں چیت جس چیز کی شکل بنا ہے
اختیار کر لے اور اس کی ہم شکل چیزوں سے ہم آہنگی پیدا کر کے اُن سے تالو پائے
بھلاؤں پنچلی نے اسی واسطے اس کو سردار تھتا یعنی ہر صورت کے اختیار کرنے والا
بھاؤ کہا ہے۔ یہاں خاص چیز کا سہارا ضرور بالضرور لینا پڑتا ہے اور وہ دھیان
میں رکھنی پڑتی ہے۔ اسمیر گیتا سادھی میں اس مختلف صورتوں کے اختیار کرنے
والے بھاؤ کو دبانے کے لئے اور ایک گرتا یعنی کیسوئی پیدا کرنے کے لئے کوئی سہارا
درکار نہیں ہے بلکہ بے سہارے چت ابکار یا کیسو رہا کرتا ہے۔ اس درجے کو
لکش پر نیام کا نام دیا جاتا ہے۔

دنیائی اور ابھری ہوئی دونوں حالتوں کا یکساں علم ہونا چیت کا ایک گرتا
پر نیام ہے۔ اضطراب کے سنسکاروں کا دینا اور نرو دھ کے سنسکاروں کا
اُٹھنا گو کہنے میں دو باتیں ہیں۔ لیکن اسمیر گیتا سادھی لگنے کے وقت ایک ہی
گیان میں یکساں جانی جاتی ہیں۔ اس کو اوستھا پر نیام کہتے ہیں۔ اول چیت کی
اوستھا یا حالت بدلتی ہے یعنی برتیاں اختیار کرنے کی بجائے نرو دھ کی حالت ہم
پہنچتی ہے۔ دوسرے ساتھ ہی چیت کے اصلی سروپ کا گبان ہوتا ہے۔ اور یہ
دونوں عمل ساتھ کے ساتھ ہوتے ہیں گویا ایک ہی گیان ہے جسے یکساں کا
نام دیا گیا ہے۔

چیت کے جو تین پر نیام اوپر بیان ہوئے وہ ناظرین کو دھیان میں رکھنے چاہیے۔
نرو دھ کی حالت میں چیت کا اُٹھنا اور دھرم پر نیام ہے۔ سادھی کی حالت میں
اُٹھنا اور لکش پر نیام ہے۔ اور ایک گرتا کی حالت میں اُٹھنا اور اوستھا پر نیام ہے۔

بتدیرج صاف کرو۔ بعد میں زیوروں کا خیال چھوڑ دو۔ صرف انگوں یعنی اعضا سے
جسم پر زہیان دو۔ پھر ایک ایک انگ کا دھیان چھوڑو اور بہتیت مجموعی
تمام مورتی کو چشم تصور کے سامنے کھڑا کرو۔ اب اپنے آپ کو اور تمام چیزوں کو اسی
مورتی کا روپ تصور کرو۔ یہاں تک کہ بند انگلیوں یا کنگیوں جڑ چتر سب
چیزیں تھیں ہی منور مورتی نظر آنے لگیں۔ اس درجے پر پہنچ کر جہاں ایک سرور پاک
کر کے دیکھا جاتا ہے۔ سادھی کا آئند آنے لگتا ہے۔

اس اصول پر مورتی پوجن مبنی ہے اور اس کی توضیح سے پورا من بھری پڑی
ہیں۔ مہاراج تلپی واس جی کی راماین اسی اصول پر مبنی ہے۔ وہ جڑ جیتن تمام
جگت کو رام روپ دیکھتے ہیں۔ فقیر مہرنے جو راماین نظم میں لکھی ہے۔ وہ بھی اسی
اصول کی توضیح میں لکھی ہے۔ یہ ہمارے ہاں کی مورتی پوجن کا اصول ہے
اور حق یہ کہ بڑا بھاری فلسفیانہ اصول ہے۔ جو اس طرح مورتی پوجن کرتے
ہیں۔ وہ اپنی مشرقت و جاہلیگی اور ابھتیاں کبیل سے ہونے ہوئے روحانیت کے
معالج اعظم پر پہنچ جاتے ہیں۔ رہے گھر کے شاستر سے ناواقف مورتی پوجن کا
کھنڈن کرنے والے یعنی روحانیت کے رموز سے بے علمیت شگن جن کی تعداد
اس بے دینی و بے اعتقادی کے زمانے میں روزمرہ بڑھتی جاتی ہے۔ وہ
اسی دلدل میں پھنسے رہتے ہیں جس میں اب پھنسے ہوئے ہیں ؟

دھیان کے ذریعے سے بتدریج ترقی کرنے کا مرحلہ آخر ایک اگر تا یعنی یکپوئے
تلب ہے۔ اس کو سمپرگیات سادھی کہتے ہیں جس میں تمام اضطراب اور جینیہ دور
ہو جاتی ہے اور چرت ایک طرف لگا رہتا ہے۔ مگر بہ سمپرگیات سادھی یعنی کیبلہ
باموکش کی حالت نہیں ہے۔ بے شک اس حالت میں اضطراب و دلی صوت
میں نمایاں نہیں ہوتا۔ لیکن تیج روپ سے رہتا ہے۔ اسی کو لوگ کی اصطلاح میں

بھی عادت پڑتی جائیگی۔ اور آئندہ درجہ آجائیگا کہ اٹھان کے سنکار جو بار بار پریشانی کا باعث ہوتے تھے۔ کسی لمحے میں بالکل دب جانے محسوس ہونگے۔ اسی حالت کو نروودھ کہتے ہیں۔ نروودھ کی حالت کا ہو ناچٹ کا دھرم پر پیام کہلاتا ہے۔

نروودھ کا بہم پہنچا دھیان کی طاقت رسانی پر مبنی ہے۔ جتنی دھیان کرنے کی مشق زیادہ ہوتی جائیگی۔ اتنی ہی نروودھ کی حالت بھی آسانی سے بہم پہنچتی جائیگی اور زیادہ دیر پا ہوتی جائیگی۔ اس کا طریقہ کیا ہے۔ سنو۔ بھگون پتھلی کہتے ہیں کہ سمیم کے ذریعے سے آدمی کو متدرج ترقی کرنی چاہئے۔ سمیم کو یوں سمجھو کہ ایک عادت نفس ہے۔ جس طرح اور عادت ڈالنے میں ترقی تدریجی کا کام ہے۔ اسی طرح اس میں بھی ہے۔ ایک دم سے چھلاؤگ مار کر کوئی کوکھے پر نہیں جا چڑھتا۔ اول ایک قدم زہن پر رکھا جاتا ہے۔ پھر دوسرا پھر تیسرا۔ اس طرح درجہ وار ہولے ہولے چڑھ کر آدمی کو کھٹے پر پہنچ جاتا ہے۔ جتنی مشق بڑھتی جائیگی اتنے ہی نیچے کے درجے چھوٹتے جائیں گے اور اونچے درجوں کا انکشاف ہوتا چلا جائیگا۔

مثال اپنے یوگ درشن کی تشریح سے میں یہاں نقل کرتا ہوں۔ دھیان کی صورت بالعموم یہ ہوا کرتی ہے کہ اول کثیف چیز کا دھیان کیا اور ہولے ہولے اُسے لطیف کرتے چلے گئے۔ سب سے جلدی مدارج اعلیٰ پر پہنچانے والی اور ب سے دھپ دھیان کرنے کے لائق چیز اسٹ دیو کی مورتی ہے۔ اس کے دھیان کے درجے یہ ہیں۔ اول ساری مورتی کو نگاہ تصور کے سامنے کھڑا کرو۔ اور دھیان میں ایک ایک زیور۔ ایک ایک کپڑا۔ ایک ایک انگ یعنی عضو بدن رکھتے جلاؤ۔ اس طرح کہ جو انگ یا جو زیور نگاہ تصور میں نہ بیٹھے اس کو دھیان دے دے کر

گیاں ہے۔ اس واسطے اس کو سمپرگیاں یا سمیج یا سبکپ سادھی کا نام دیا جاتا ہے۔
یہ انتہائی مرحلہ نہیں ہے۔ بلکہ انتہائی مرحلہ وہ ہے جس میں یہ صورت خاص بھی
اڑ جائے اور صرف گبان ہی گبان باقی رہ جائے جو آتما یا پرش کا سروپ ہے۔
اسے اسمپرگیاں یا نریج یا سبکپ سادھی کا نام دیا جاتا ہے۔ سمپرگیاں
سادھی صرف سادھن ہے جس سے سادھی پر اس سادھن کے دہلے سے پہنچنا
ہے وہ اسمپرگیاں سادھی ہے۔

دوسری فصل۔ سیم کی حالت

اوپر ہم نے بتایا ہے کہ سادھی وہ حالت نفس ہے جس میں چٹا اپنے آپ کو نو
بھول جائے اور فقط دھیان کی ہوئی چیز کا دھیان رہے۔ اس حالت کو دوسرے
لفظوں میں نرودھ یعنی روک کی حالت کہتے ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ چٹا کا مال
وریا کا سا ہے جس میں دسدم خیالات کی موجیں اٹھتی رہتی ہیں۔ ان سب کو
دبانلا اور ایک خیالات کے رکاوٹ کی حالت کا ہم نہ چا تا نرودھ ہے۔ اب
یقین ہے کہ ناظرین بھگوان متنجلی کی تعریف نرودھ آسانی سے سمجھ لیں گے۔ وہ
کہتے ہیں کہ نرودھ چٹ کا وہ یرنیام ہے کہ اٹھان اور نرودھ کے سنکاروں کا
جو دبنا اور اٹھنا ہے۔ ان میں سے رکاوٹ کے لمحے میں چٹ کا ٹھیرا نرودھ
کہلاتا ہے۔ اٹھان وہ حالت ہے جس میں چٹ میں خیالات کی رو بہتی رہتی ہے
اور اپنے سنکار چٹ میں چھوڑتی رہتی ہے۔ ان کو مزا اولت یہیم سے دیا جاتا ہے
تو ظاہر ہے کہ بننے کے سنکار بھی نفس میں پیدا ہوئے یعنی خیالات کو روکنے کی

۱۔ سوادھی - جب چیت کا بہ حال ہو کر اپنے آپ کو بوجھل جائے اور نہ نقطہ
 دھیان کی ہوئی چیز کا دھیان - پہلے تو اس حالت نفس کو سوادھی کہتے ہیں۔
 دھارنا دھیان سادھی تینوں تقریباً ایک ہی حالت نفس کے منظر ہیں۔ فرق کیفیت
 کا ہے کیفیت کا ہیں۔ حالت ایک ہی ہے۔ ہاں درجے مختلف ہیں۔ دھارنا میں
 عالم چیت، علم گیان کی یہی اور معلوم ہونے والی چیزوں کا بیان دیتا ہے۔ دھیان
 میں برہمنی گہاں جو کو متش کر کے پیدا کرنا، بڑا تھا اور چاہتا ہے۔ نقطہ عالم چیت اور معلوم ہونے
 رہ جاتا ہے۔ سوادھی میں عالم چیت جو کہ جیسے یعنی دھیان کی ہوئی چیز کا بہ تن روپ اختیار
 کر لیتا ہے۔ اس لئے خود چیت عالم نہیں رہتا۔ بلکہ صرت پیشے یعنی دھیان کی ہوئی چیز
 ہی رہ جاتی ہے۔ صاف الفاظ میں سوادھی کے بہ معنی میں کہ جس شے پر تم نے دھیان
 جایا ہے اس میں اس طرح عرق ہو جاوے کہ عالم اور علم کا خیال ہی طبیعت سے الگ ہو جائے
 صرف دھیان کی ہوئی چیز رہ جائے اور پچھ نہیں پڑے۔

یہ بھی خیال رکھو کہ سوادھی میں دھیزیں داخل ہیں۔ ایک تو اسے آپ کو بھولنا
 اسی کو دوسرے لفظوں میں قلب کو بالکل خالی کرنا کہتے ہیں۔ دوسرے دھیان کی
 ہوئی چیز۔ دھیز ہو جانا یعنی خالی کئے ہوئے چیت میں صرف پیشے کو بھولنا یہاں تک
 کہ حقیقت اسی کا روپ ہو جائے۔ صرف اپنے آپ کو بھولنا خطرناک ہے۔ کہوں کہ اس
 حالت میں آدمی آسانی کے ساتھ دوسروں کا معمول نہ سکھا ہے۔ جو اس سے
 زبردست ہیں اور اس پر اپنا اثر ڈال سکتے ہیں۔ اس لئے کو متش ہمیشہ یہ چونی
 چاہئے کہ جس شے کا دھیان کرتے ہو چیت اس کی صورت اختیار کرے۔ اس
 حالت میں جو کہ صورت خاص احساس میں ہوگی۔ کوئی اور شخص اپنا اثر تم پر
 نہیں ڈال سکتا۔

جو سوادھی کی حالت ہم نے اوپر بیان کی۔ ظاہر ہے کہ اس میں صورت خاص کی

سمیم میں تین سادھن شامل ہیں یعنی - دھارنا - دھیان - سادھی - انہیں تینوں کو ملا کر سمیم کا نام دیا جاتا ہے۔ پانچ سادھن جو اوپر بیان ہوئے اور تین یہ مل کر اسٹنٹاٹک یوگ کے آٹھ انگ یا حصے کہلاتے ہیں۔ اب ہم ان تینوں میں سے ہر ایک کی تحریف اور خصوصیات و متعلقات بیان کرنے شروع کرتے ہیں۔

۱۔ دھارنا - جت کے ایک نقطے پر قائم کرنے کا نام دھارنا ہے۔ جت کا قاعدہ ہے کہ بند کبھی طرح اچھلتا کودتا اور دوڑتا رہتا ہے۔ کبھی نیچلا نہیں بیٹھ سکتا۔ ابھی یہاں ہے ابھی وہاں۔ ابھی خیالات کے ایک سلسلے کی طرف توجہ دے رہا ہے۔ ابھی وہ بند ہوا اور دوسرا شروع ہو گیا۔ اس بند کو کھونٹے سے باندھ کر کوئی کھلونا دیدیا جائے تو رادھ رادھ پر نشان گردی کی بجائے بھسپر توجہ دیگا اور تمہیں دق کرنے نہیں پائیگا۔ یہ کھونٹے سے باندھنا ہی دھارنا کہلاتا ہے۔ بجائے اس کے کہ جت رادھ رادھ بھگتتا چمیرے۔ اسے کسی خاص مقام پر باندھو۔ مثلاً نا بھی چکر یا ناک کے اگلے حصے یا اسٹنٹ دیو کی صورت پر اور اس طرح قائم کرو کہ بس وہیں بند رہا ہے۔ خیالات کی روانے پہالے جانے نہ پائے جو حالت نفس اس صورت میں پیدا ہوگی وہی دھارنا نام پاتی ہے۔

۲۔ دھیان - جس نقطے پر جت کو دھارنا سے باندھا ہے۔ وہیں اس کا کچھ عرصہ بند رہنا یا قائم رہنا دھیان کہلاتا ہے۔ اس کی سورت بننے کی خوبی یہ ہے کہ جس نقطے سے جت بند ہوا ہوتا ہے اسی کے ساتھ منہ یا ایک ہو جائے۔ یعنی کچھ عرصے تک جت اور وہ نقطہ ہی محسوس ہو اور کسی چیز کا خیال یا سوراخ وغیرہ کا احساس نہ ہونے پائے۔ یوں سمجھ لو کہ دھارنا ایک نقطہ ہے اور دھیان ایک خط۔ دھارنا ایک قطرہ ہے اور دھیان نیل کی سی دھار کہ برابر ایک رس جلدی رہتی ہے اور ٹوٹے نہیں پاتی۔ یہی حالت کمال پاکر سادھی کہلاتی ہے۔

پانچواں

سمیم کا بیان

پہلی فصل - دھارنا دھیان سما دھی

اب تک ہم پانچ سادھن بیان کر چکے ہیں یعنی یم نیم انس برانا یا م اور برتنا۔ ان سادھنوں سے جس سیدھی پر پہنچا ہے۔ وہ سمیم ہے۔ اس لفظ کے معنی قابو پانے اور رکھنے کے ہیں۔ یاد رکھو کہ یوگی کی انتہائی معراج سادھی کا ہم پہنچنا ہے۔ یعنی نفس میں جو کیفیات و بدم اُٹھتی رہتی ہیں اور خیالات کی جو رو ہمیشہ بہتی رہتی ہے۔ اُس پر قابو پا کر نرو دھ یا رکاوٹ کی لہا میں لا ڈالنا۔ اس کے ابتدائی مرحلے وہ پانچ سادھن ہیں جو اوپر بیان ہوئے۔ ان سے زیادہ دقیق اور اہم سادھن سمیم ہے۔ اس واسطے ان پانچوں سادھنوں کو ہرنگ یعنی بیرونی کہا جاتا ہے اور سمیم کو اندرونی۔ بیرونی سادھن کو نرو دھ کی حالت ہم پہنچانے میں مدد دیتے ہیں۔ مگر فور سے اس واسطے بیرونی کہے جاتے ہیں۔ سمیم زیادہ قریب سے مدد دیتا ہے۔ اس واسطے اندرونی سادھن کہلاتا ہے۔ نربکپ یا نرنج سادھی کے لحاظ سے خود سمیم بھی بیرونی ہی سادھن پڑتا ہے۔ اور نربکپ سادھی اندرونی۔ کیونکہ چت کی برتیوں کی نرو دھ کی لہا آدرش یا معراج ہے۔ اور بر سادھی اُس کا سادھن ہے۔

کان گھلے ہستے ہیں اور آواز سنائی نہیں دیتی۔ یہاں اندریاں ایسا عمل کرتے ہوئے ہیں
 بشبوں کا گیان اندر لاتے ہوئے بھی یریشانی کا باعث ثابت نہیں ہوتیں۔
 اس ایتھیس کا نام یرتیا ہا ہے اور یراشٹا ہا گ دیگ کا پانچواں انگ کہلاتا ہے۔
 تم پوچھو گے کہ ابا یہ ممکن بھی ہے کہ اندریاں گھلی رہیں۔ بشبوں کا گیان
 اندر آتا ہے۔ اور من اس سے مضطرب اور بھیل نہ ہو۔ بھلا یہ کیونکر ہو سکتا
 کہ گھلے کان میں آواز نہ آئے اور گھلی آنکھ صورت نہ دیکھے۔ میرا جواب ہے
 کہ ممکن کموں ہیں۔ روز مرہ خود تنہا رہے ہی تجربے میں یہ بات آتی رہتی ہے۔ دیکھو
 بسا اوتار ایسا اتفاق ہوتا ہے کہ تم کوئی دھچپ کتاب پڑھ رہے ہو۔ گانے کے
 میٹھے سر سن رہے ہو۔ کسی شخص سے کسی ضروری امر میں باتیں کر رہے ہو۔ شطرنج
 یا جو سر کھیل رہے ہو یا اور کسی دھچپ شغلے میں مشغول ہو۔ اس حالت میں تو پ
 چھوٹی ہے تو تم اُسے سنتے نہیں اور پاس سے کوئی گزر جاتا ہے یا پاس کوئی آن
 بیٹھتا ہے تو گھلی آنکھیں ہونے کے باوجود بھی اُسے دیکھتے نہیں۔ یہاں کیا گھلے
 کان سے آواز اندر نہیں گئی یا گھلی آنکھوں نے صورت ہمیں دیکھی۔ نہیں آواز
 صحی اندریاں اندر لگتیں ہیں اور صورت بھی۔ مگر چونکہ تمہاری توجہ اور بات میں
 لگی ہوئی تھی۔ اس واسطے مس اور صر مندہ نہیں ہوا۔ اسی واسطے نہ آواز سننے میں آئی
 ہے نہ صورت دیکھنے میں نہ۔

یہاں جو عمل ہوا ہے وہ یہ ہے کہ اندریاں بے شک بیرونی اثر سے متاثر
 ہوتی ہیں۔ مگر یہ اثر من تک یا تو پہنچا نہیں ہے اور اگر اس نے من کے ماوسے کو کھرت
 دی بھی ہے تو وہ ایسی خفیف و کمزور ہے کہ معہولی حالت میں جس طرح علم ہوتا ہے
 اس کے مقابلے میں کچھ بھی نہیں ہے۔ دونوں صورتوں میں یوں سمجھ لو کہ گویا اندریوں کا
 عمل ہوا ہی نہیں۔ اندریاں گویا اندریاں رہی ہی نہیں۔ بلکہ من کی صورت میں

و انا ضبط حواس میں گوساچی ۛ رہتا ہے لبک انہیں طاققت سے بڑی
لیجاتے ہیں کھینچ کر زبردستی سے ۛ من کو جس جس جگہ ہوا ان کی مرضی

لذات پر ہر حواس جب جاتے ہیں ۛ تو کھینچنے کے ساتھ من کو بھی لاتے ہیں
من عقل کو یوں کھینچنا جیسے جہاز ۛ طوفاں سے بحر میں کھینچے لگتے ہیں
بس اگر من کی چھیلتا دور کر کے شاعری ہم پہنچانی ہے تو اندر ربوں کی روک تھام
ضروری ہے۔ ورنہ حسب عادت دوڑ دوڑ کر نشیوں کی طرف جا بیٹھی اور من کو
اپنے ساتھ کھینچ لیتی۔ تم بوجھو گے اس کا طریقہ کیا۔ وہی دو طریقے جو ہم دیکھے
بیان کر آئے ہیں۔ یعنی ہیراگ اور اتھواس ۛ

ان میں ہیراگ گمان کا رستہ ہے۔ اس میں اپنے آپ کو ساکتی رہ کر
بھی محض ناظر سمجھا جاتا ہے اور دنیا کو ایک تماشہ یا خواب جو دبدبم تبدیل
ہونا رہتا ہے۔ نااہل بیدار چیزوں میں جو دبدبم بدلتی رہتی ہیں اور ایک
حال پر کبھی قائم نہیں رہتیں کیا دستگی کرنی۔ عالم بیداری کے تمام نکتے
خواب کے لفظوں کی طرح تبدیل پذیر ہیں۔ رن و فرزند رماں ماب بھائی
بہن عزیز و اقارب مار دوست اور صحت و طاقت مال و دولت گھوڑ و پیاد
و شہر جاہ و حشم عزت و ثروت نہ کبھی ہمیشہ کسی کے چوئے نہ ہونگے۔
خواب کی سی صورتیں ہیں کہ ابھی نظر آتے ہیں ابھی نظر نہیں آتے۔ نظارہ بدلا
اور نظر سے غائب ہوئے۔ جو شخص اس نظر سے انہیں دیکھتا ہے ظاہر ہے
کہ اُسے بستیوں میں رغبت یا نفرت نہیں ہو سکتی۔ اندریاں بستیوں کا گمان
اندرا لیا کریں وہ اس سے مضطرب نہیں ہوگا۔ وجہ یہ کہ ناہیا بیدار
تماشہ سمجھ کر رغبت و نفرت کے دام میں نہیں آئیگا اور اس کا من چینل نہیں

ظاہر ہے کہ ان سے تعلق پیدا ہو گیا یہی تعلق استوار ہو کر اس خواہش کی صورت اختیار کر لیا کہ فلاں چیزیں ہیں ملجائیں۔ چونکہ ہر خواہش کا پورا ہونا امر محال ہے اس واسطے جب خواہش پوری نہ ہوگی یعنی وہ چیزیں نہیں ملے گی تو رہ رہ کر غصہ آجنگا۔ غصہ غفلت ماموم کا باعث ہوا کرتا ہے۔ نہ اس میں بزرگوں کا ادب رہتا ہے۔ نہ برابر والوں سے محبت نہ خردوں پر شفقت۔ غصے میں ایسے کام سرور ہو جاتے ہیں جن سے آدمی بعد میں نہایت شرمندہ ہوا کرتا اور پکھلتا رہتا ہے۔ پس غصے کی حالت سخت مومہ یا غفلت کی حالت ہے جس میں حافظہ حاکم رہتا ہے اور آدمی کو کچھ نہیں سوچتا کہ میں کیا نا ملائم بات کہتا ہوں یا کیا ناشایستہ حرکت کرتا ہوں۔ جب حافظہ نہ رہا تو عقل یعنی فوتِ تھلس و تکریب۔ تجرید و مقابلہ و غیرہ اینا عمل نہیں کر سکتی۔ کیونکہ عقل کا عمل ان کیفیات نفس پر ہوتا ہے جو حافظہ سامنے لا کر پیش کرتا ہے۔ حافظہ کام نہ دینا اور غصے یا اور کسی پر زور جذبے کے زور سے دبا جائیگا تو یوں سمجھو کہ عقل کا نام مل گیا۔ اور عقل کا نام مل گیا تو آدمی آدمی نہیں رہا بلکہ جانور بن گیا۔ بہ آدمی کا نام نہیں ہو اور کہا ہے۔ جس سے وہ شہد تھ گیاں پیرو پریش یعنی موکش کے درجے سے گر کر جواہنت میں آ گیا۔

اس بندہ سچ ترقی کرنے والے سلسلے کی تہ میں جیسے آدمی کو جیواہنت کے احاطے میں لا دیا ہے۔ وہی بچوں کا گان ہے جو اندر باں اندر لا کر من کے سامنے پیش کیا کرتی ہیں۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ اندر ماں کسی زبردست طاقتیں ہیں۔ یہ اپنے ساتھ من کو اس طرح کھینچ کر لے جاتی ہیں۔ جی طرح باوقافی ہوا سمندر میں جہاز کو چارہر جاہتہ اپنے زور سے کھینچ کر لیجاتی ہے۔ بھگوان کرشن شریہر بھگوت گنا میں فرماتے ہیں۔

دی گئی ہے۔ وجہ یہ ہے کہ اس کی خیانت یعنی اضطراب قلب کی ۔ میں یہی بیرونی
اشیا کا علم ہے جو سادھی کا خارج ہوتا ہے۔ اندریاں بشیوں کا گمان اندر
لائی ہیں۔ من ان میں سے بعض میں رغبت کرتا ہے۔ بعض سے نفرت کرتا ہے۔
بہ دونوں وہ نجات ہیں۔ جن سے تعلقات دنیوی کا بڑا بھاری درخت نشوونما
پاتا ہے اور آخر ایسا استوار ہو جاتا ہے کہ اسے حر سے اکھاڑنا امر محال
بنجاتا ہے۔ شریعت بھگوت گیتا کے دو شکوکوں میں یہ مضمون اس طرح
سیان ہوا ہے گو ماہر یا کو کوزے میں بند کر دیا ہے۔ جس انہیں اپنی کتاب
نغمہ رحمانی مستح سے یہاں نقل کرنا ہوں۔ اور انکی تشبیح بھی دیتا ہوں۔
گو یہ میری کتابوں میں جگہ جگہ نقل ہوئے ہیں۔ مگر ایسے منہجہ خبر میں کہ طبیعت
ماننی نہیں ہے

لیتے ہیں دل میں لذتوں کا جوڑا ۔ لذات سے ہوتا ہے تعلق پیدا
ہوتی ہے تعلق سے ہوید خواہش ۔ خواہش سے ہو کر تا ہے پیر غصہ

— — — — —

غصے سے ہو کر تا ہے غفلت کا کہو ۔ غفلت سے حالت میں آتا ہے قصور
ہوتا ہے اس قصور سے عقل کلاں ۔ ہے عقل کا ناس ناس انسان کا ضرور
اندریاں بشیوں کا گمان اندر لائی تو جو پٹے خوشگوار معلوم ہو گا۔ مثلاً سر میں
آواز نرم و گرم لمس اچھی صورت اچھا ذائقہ اچھی بو یا ان کے مجموعے والی چیزیں۔
ظاہر ہے کہ من کو ان کی طرقت کشش ہوگی۔ اور بار بار اس طرح ان کا خیال آئینکا
جس طرح کوئی جہانی عادت ہو جائے تو بار بار بے ساختہ و ناوانستہ اعصاب
سے غل میں آتی ہے۔ یہ دل ہی دل میں لذتوں کے مزائینے کے معنی ہیں۔
اور جب اس طرح بار بار بشیوں کے خیالات نے دل میں کاوش پیدا کی تو

شدھ گان سروپ ہے۔ پس اسے نہ کبھی پہلے بندھ ہوا۔ نہ اب ہے۔ نہ
 اب بندھ کبھی ہوگا۔ بندھ محض وہیم ہے۔ تمام دکھ محض وہیم ہے۔ یہی شدھ
 ہے کیا سائنکھید اور ویدانت کا اور کیا نیا ہے اور ویشیشک شاستروں کا
 یہاں میں نے یہ نام اصول محقر آسان کئے ہیں۔ ناظرین تفصیل
 کے لئے مہری اور کتا میں دیکھیں مثلاً کھٹ درشن یوگ درشن فلسفہ سائنکھ
 اور بھار ساگر جیل درویش گبتا وغیرہ۔ ان میں بہ مضامین شرح و بسط کے
 ساتھ بیان ہوئے ہیں اور نیا ہے ویشیشک و سائنکھید ویدانت کے
 شدھانتوں میں واضح طور پر فرق دکھائے گئے ہیں۔ انہیں بہترین طریقہ
 ویدانت کا ہے جو یہ کرتی کو سائنکھید وریوگ کی طرح قائم بالذات اور
 پُرسوں کو لاتعداد نہیں مانتا۔ بلکہ یہ کرتی کو محض مایا باگیان سروپ
 اتا کا وہم بتاتا ہے اور لاتعداد اسنگ شدھ گیان روپ پُرسوں کی
 بجائے ایک سچا نند برہم کی ہستی کی تعلیم دیتا ہے۔ جس میں عالم خواب
 کی طرح کائنات کا وہم اٹھتا ہے۔ قائم رہتا ہے۔ اور پھر غائب ہو جاتا
 ہے۔ میں بھی وہی برہم ہوں۔ تم بھی وہی برہم ہو۔ جب تک اپنے سروپ
 گیان ہے۔ بندھ دور کرنے کے سادھن بھی ہیں۔ جہاں گمان ہوا پھر
 کائنات اور اس کا وہم اٹھ جاتا ہے اور اپنا سچا نند شدھ سروپ
 رہ جاتا ہے جو بانی اورین دونوں کے احاطے سے باہر ہے۔

دوسری فصل۔ پر تیار کی مائیت

اوپر اندریوں کے گیان کے متعلق جو بحث دی گئی ہے وہ دانت

حصہ بن جاتا ہے تو انتہہ کرن کی اس حالت کو انتہا کا نام دیا جاتا ہے۔
 پران اندریاں اور انتہہ کرن سب مادی چیزیں ہیں۔ کیونکہ سب
 تبدیلی پذیر ہیں اور جہاں جہاں تبدیلی ہے وہاں مادے میں کام ہو رہا ہے
 مگر یہ مادہ معمول کے مقابلے میں بہت لطیف ہے۔ اور تبدیلی اور انتہا کا
 کی نہایت ہی لطیف صدور میں ہیں۔ ان میں ستو پر دھان ہے جس کا خاتمہ
 صفا اور پرکاش ہے۔ اس واسطے جیتن پُرش کے عکس کو قبول کرتا ہے جو
 کتیف چیزوں کی صورت میں ناممکن محض ہے۔ اس عکس کو ایسا نہ سمجھو
 جسے آئینے میں چہرے کا عکس پڑتا ہے۔ بلکہ یوں سمجھو جس طرح مقناطیس
 کی قوت سے لوہا حرکت کرنے لگتا ہے اسی طرح گبان روپ پُرش کی قوت
 سے بدھی گیان کی برقی اختیار کرتی ہے۔ پُرش یا آتما محض گبان سروپ
 اور اسنگ ہے۔ اسے یوں سمجھو کہ روشن چراغ ہے۔ انتہہ کرن کی جو چوہنی
 یا کیفیت متبدل ہوتی جائیگی اس کو یہ سطح پرکاشنا جائیگا جس طرح چراغ
 کی روشنی میں جو جوتے آتی جائیگی اس کا پرکاش ہوتا جائیگا۔ تبدیلیاں
 حقیقت میں یہ کرتی ہیں ہو رہی ہیں۔ آتما یا شدہ گیان میں نہیں جو ان
 تبدیلیوں کا صرف پرکاشک ہے۔

مگر مزہ یہ ہے کہ بھول یا مغالطے سے آتما سمجھایا ہے کہ پرکرتی میں
 تبدیلیاں نہیں ہو رہی ہیں مجھ میں ہو رہی ہیں۔ اب میں سکھی ہوں اب
 دکھی ہوں۔ وغیرہ وغیرہ۔ شکھ اور دکھ۔ راحت اور رنج۔ سرور اور غم وغیرہ
 سب انتہہ کرن کی مختلف برقیوں کے نام ہیں جو آتے جاتے اور بہا و فنا
 ہونے والی چیزیں ہیں۔ پُرش یا آتما میں نہ تو کسی طرح کی تبدیلی ہے نہ
 سیدائش و فنا ہے۔ وہ لافانی اور سدا ایک رس ہے اور اس کی وجہ یہ کہ محض

اس واسطے بیرونی اشیا کے علم کی توضیح میں جن نتائج معتد بہ پر وہ پہنچے ہیں۔ ان کی محسوس میں شک و شبہ کی گنجائش نہیں ہے۔

بیرونی اشیا کے علم میں اندر رہ اور شے کا سمبندھ جیسے آج کل مغربی حکما مانتے ہیں۔ اس طرح ہمارے ہاں کے شاستر نیاسے ساکھیا اور ویدانت بھی مانتے ہیں۔ یہ تو ایک ایسی بدیہی بات ہے کہ اس میں کسی کو انکار ہو ہی نہیں سکتا۔ ہاں مغربی فلسفہ جو زیادہ تر طبقات پر مبنی ہے اعصاب یعنی نارویوں کے متاثر ہونے پر ختم ہو جاتا ہے۔ ہمارے شاستر کار جہنوں نے اندرونی نظر سے کو ایف کو انویجو پاکشف کیا ہے۔ محض دماغی مادے کی حرکت پر نہیں بھڑ جاتے۔ بلکہ مادہ اعصابی سے اونچے اٹھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ یہ دماغی مادہ ہی مادے کی لطیف ترین صورت نہیں ہے بلکہ اس سے درجہ وار زیادہ لطیف مادے کی اور بھی صورتیں ہیں اور وہ سب بھی بیرونی اثرات سے متاثر ہوتی ہیں۔

یہ لطیف صورتیں یہاں گیان اندر باں اور انتہہ کرن ہیں۔ بیرونی اشیا اثر محض مادہ دماغی سے محدود نہیں ہے بلکہ لطیف مادہ اعصابی تھر تھر اٹتا ہے تو یہ تھر تھر اٹھ پڑاں میں پہنچی ہے۔ اس سے اندریوں میں اور کچھ انتہہ کرن میں۔ جب تک جہز مستحق نہیں ہوتی اس تھر تھر اٹا ہے جس کا نام شکلیت بکلیب ہے۔ اس کی تھر تھر اٹھ سے چت تھر تھر اٹا ہے یعنی اسی فیصل کے اچھنے اثرات انتہہ کرن میں پہلے موجود ہیں اُس کے سکار حرکت میں آتے ہیں انش حافظہ اور مقابلہ دونوں داخل ہیں۔ جب نئی چیز کی پُر اے سنکاروں میں سے کسی کے ساتھ جماع بندھا ہو جاتی ہے تو تھر تھر اٹھ بند ہو جاتی ہے۔ یہ تجربہ ہی یا لکچے کی حالت ہے۔ پھر جب بنا اثر سنکار روپ بن کر اسہہ کرن کا

ہونے یہ ہیں شے کا علم ہو جاتا ہے مگر کیسی کو۔ مگر وہ نہیں کہ مادی اثرات سے علم کو مگر ہو گا۔ مادہ کیجئے ہے اور علم کی کائناتیں اس سے۔ یہی چیز ہے۔
 ۰۰ لوں کا باہمی تعلق ایک اسامیہ ہے جو عمل ہونے میں نہیں آتا۔
 کائناتوں سے آواز کا علم اس طرح ہوتا ہے کہ جب کوئی بولتا ہے یا ایک چیز دوسری سے ٹکراتی ہے تو ہوا کے واسطے کہ وہ دوسری چیز سے جس طرح ممکن جس میں کسی چیز کو تو بانی کو محدود میوہ ہے۔ جس طرح یا ذی میں یہ چیزیں کسی میں اس طرح ہوا میں اٹھتی ہیں اور بڑے سے بڑے ٹکڑے ٹکڑے بناتی ہیں اور ان کے اندر کی لطیف ہڈیوں سے ٹکراتی ہیں۔ حرکت میں اگر کان کے لطیف ہڈیوں میں تھمر تھراہٹ پیدا کرتی ہیں اور اس کا اثر دماغ میں پہنچ کر آواز کا سہم ہوتا ہے تاکہ اس سے لوں کا علم اس طرح ہوتا ہے کہ وہ تھو دار چیز میں سنا سنیوں میں لطیف دہرے نکلے رہتے ہیں۔ وہ تاک کے لطیف اعصاب پر ایسا اثر کرتے ہیں اور ہر اثر دماغ میں جا کر لوں کا علم پیدا کر دیتا ہے۔ زبان سے ذائقے اور جلد سے ٹھنڈے گرم لمس کا علم اس طرح ہوتا ہے کہ کبھی یا جھونے کی چیزوں کی یا انگلی کے لطیف اعصاب میں ہر تھراہٹ پیدا کر لیتی ہے اور اس تھمر تھراہٹ کا اثر دماغ میں پہنچ کر ذائقے یا لمس کا علم پیدا کر دیتا ہے۔

ان نئے مسائل طبعی و علم النفس میں نہ من یا مائند کہ کوئی علیحدہ موصوفا گیا ہے۔ نہ پر کرنی و پرش یعنی مادے اور گمان یعنی کائناتیں کے باہمی علاقے کی توضیح کی گئی ہے۔ دو ڈھائی ہزار برس سے حکماء سے یہی مطلب مکرر آ رہا ہے ہیں مگر مسئلہ آج تک حل نہیں ہوا کہ ہیں بیرونی اشما کا علم کیونکر حاصل ہوا کرتا ہے۔ یہ صرف یہ ہے کہ بیرونی بیرونی اشما ہیں۔ ہمارے آجاریوں نے باہر کی طرف سے نظر ہٹا کر انما یا شدہ گمان سروپ پرش کی طرف لگائی ہے۔ اور

پر تعوی وہ ٹٹی نہیں ہے جس سے دیواریں بنا کر کھڑی کی جاتی ہیں بلکہ وہ عنصر ہے جو بُودیتا ہے۔ اس طرح پانی وہ عنصر ہے جو سوادیا ذالیقہ دیتا ہے۔ آگ وہ عنصر ہے جو رنگ و صورت ہو کر نظر آتا ہے۔ ہوا وہ عنصر ہے جس کا لمس ہوتا ہے۔ متحد وہ عنصر ہے جو شے میں آتا ہے۔ عنصروں کی اس سے اعلیٰ درجہ کی منطقاً نہ اور فلسفیانہ تعظیم اور نہیں ہو سکتی۔

پچھلے بعض انگریزی خزانوں کو نہیں دیکھا ہے کہ اب چار عناصر یا پانچ عناصر ماننے کے دن گئے۔ مغربی کیمیا نے عناصر کی تحقیق اور ہی طرح کی ہے اور وہ علمی ہے۔ یہ لوگ معمولی خاک آب باد آتش وغیرہ کو اپنے ذہن میں عناصر سمجھتے ہوئے ہیں۔ اگر اپنے گھر کے شناستر سے واقف ہوئے تو ایسی فاسد ویرج عطلی نہ کرنے۔ بلکہ انشا یہ دیکھنے کہ ہمارے ہاں کے چار یہ کیسے جزو رس تھے اور ان کی فلسفیانہ دماغ مابیت اشبا دریافت کرنے میں کس نصیب کا کمال رکھتے تھے ؟

بشوں اور اندرلوں کی یہ مابیت تھی جو جان ہوئی۔ اب یہ دیکھئے کہ مشیہ کیان میں اندریاں کیا کام دیتی ہیں۔ اول آنکھ کو لیجئے اور شخص کیجئے کہ ہم دیکھتے کیونکر ہیں۔ نیا مغربی علم النفس (سائی کولہ جی) طبعیات میں بتاتا ہے کہ ہر ایک شے میں سے اسی طرح شناسائی میں جس طرح سورج جانبدار اور روشن اجسام و اجرام میں سے نکلا کرتی ہیں۔ یہ شناسائی میری اجسام کے ہر نقطہ سے نکلا کر آکھو پیر لیتی ہیں۔ اور تیلی کے لینز یا محدب شفاف شیشے میں سے گزر کر اس طرح شناسائی پر تصویر بناتی ہیں جس طرح غولہ گراں کہ کھمبہ میں بنا کرتی ہے۔ شناسائی میں ہر ایک اجسام میں جو اس اثر سے متاثر ہوتے ہیں اور اسے دماغ میں پہنچاتے ہیں دماغ میں تھر تھر اسٹ پبدا

اوارا آجاتی ہے۔ دایہ یا ہوا وہ تو ہے جو سیرش تو ماتر کو حرکت میں لاتا ہے اور جلد اسے لمس کرتی ہے۔ الٹی یا آتش وہ تو ہے جو روپ تو ماتر کو حرکت دیتا ہے اور اس سے آنکھ رنگ یا صورت دیکھتی ہے۔ جل یا آب وہ تو ہے جو رس تو ماتر کو حرکت دیتا ہے اور اس سے ہم مزہ چکھتے ہیں۔ یرنھوی یا خاک وہ تو ہے جو گندہ تو ماتر کو حرکت دیتا ہے اور اس سے ہم گوسونگھتے ہیں۔

اب ناظرین خود اندازہ لگا سکتے ہیں کہ مغربی موجودہ علم کیا جو ستر یا اسی عناصر بتاتا ہے وہ درست ہیں یا ہمارے ہاں قدیم الایام سے پہلے عناصر ماننے جانے ہیں وہ صحیح ہیں۔ عنصر اس معر و چیز کو کہتے ہیں جسکی تحلیل اس سے چھوٹے اور اجزا میں نہ ہو سکے۔ مغربی علم کیا میں ہم دیکھتے ہیں کہ عناصر کی تعداد گھٹتی بڑھتی رہتی ہے۔ پہلے ایونہا عنصر سمجھا جاتا تھا۔ مگر جب اسکی تحلیل اس کے اجزا میں ہو گئی تو فہرست عناصر سے نکال دیا گیا۔ اور نئی چیزیں دریافت ہوئیں مگر چونکہ ان کی تحلیل علی میں نہیں آسکی اس واسطے انہیں فہرست عناصر میں داخل کر لیا گیا۔ اب جو ستر یا اسی عناصر شمار ہوتے ہیں ممکن ہے کہ دس برس بعد انکی تعداد بڑھ کر سو ہو جائے یا گھٹ کر چالیس پچاس رہ جائے۔ بالکل بے تحقیق امر ہے۔ پس مغربی علم کیا کے عالم جن چیزوں کو عناصر مان رہے ہیں وہ ہرگز ہرگز عنصر نہیں ہیں بلکہ محض ان کی من سمجھناں ہیں۔ ہمارے ہاں کی تعداد عناصر کبھی گھٹ بڑھ نہیں سکتی اور نہ ہیچے عناصر ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ اس انسانانی پانچ اب ہیں۔ پانچ ہی پہلے تھے اور پانچ ہی آئندہ بھی رہیں گے۔ ان میں ایک ایک حواس کا بٹنے ایک ایک عنصر

صورت میں تبدیل کر دیا۔ اس لئے اول اندریوں اور ان کے پیشہ منہجی طرح
 ذہن نشیں کر دینا چاہئے۔ تاکہ آگے چلکر یریا پار کے سمجھنے میں نہ پڑتا رہے۔
 دست قدرت نے سبیں پانچ حواس عطا کئے ہیں۔ ہانڈوں سے سنے ہیں
 جلد سے دیکھتے ہیں۔ آنکھوں سے سمجھتے ہیں۔ ناک سے سونگھتے ہیں۔ اور زبان
 سے چکھتے ہیں۔ انہیں پانچ حواسوں کو سنسکرت میں اندریاں کہتے ہیں۔ انکے
 سنسکرت نام مع عربی ترجمہ مندرجہ ذیل ہیں۔ سمروترتی قوت سامعہ تو ابھی
 دوت لامسہ۔ چکتہ یعنی قوت باہرہ۔ گھیراں یعنی قوت سناؤ اور رسد یعنی قوت
 ذائقہ۔ یاد۔ ہے کہ اندریاں لطیف قوتیں ہیں جو یہ دنی ستا کا علم اندریوں
 ہیں۔ نہ کہ بیرونی خاص اعضاء مثلاً آنکھ کان ناک وغیرہ۔ یہ جلی اندریوں کی
 گولگیں یعنی اوزار ہیں جن کے ذریعے سے وہ کام کرتی ہیں۔ مثلاً آنکھ یا
 وغیرہ میں کچھ نقص ہے تو چکشتہ اور مشردثر اندریہ ایسا کام ہیں کہ سیکھا اور آدمی
 اندھا یا بہرا کہلا سکا۔ اندر سے اور بہر سے کی اندریاں اور سموتہر شخصوں کی
 اندریوں کی طرح صحیح و سلامت ہوتی ہیں۔ مگر جو ناکام کرنے کا آلہ بگڑا ہوا
 ہے وہ بیرونی اشیا کے اثرات اندر من میں نہیں لے جاسکتا۔

یہ حواس خمسہ یعنی پانچ گیان اندریاں ہمارے تمام علم اشیا سے بیرونی کے
 دروازے ہیں جن سے وہ اندر آتا ہے۔ اور جس پر مہار عقل و تمیز
 بڑی بڑی عمارتیں چھنا ہے۔ قصور جن بنیادوں یرمی صورتیں گھڑتا ہے
 اور عقل مقابلے مجلس ترکیب اور استدلال سے جن تیلج مستعد بہیر سختی
 ہے۔ ان سب کی تہ میں ہی حواسوں کا علم ہوتا ہے جو اندریاں مشاہدے
 سے اندر لاتی ہیں۔ مشاہدے سے بیرونی اشیا کا جتنا علم ہم کو حاصل
 ہوتا ہے اس میں سے نصف آنکھ اندر لاتی ہے۔ اس کے بعد جلد کا

اچھی طرح گریک بھی انسان کر لے + دونوں ہی کا پھیل سے ہر میں بلجنا

درجہ جو اہل ساکھیاہ یا جاتے ہیں + اس پر ہی اہل یوگ بھی آتے ہیں
جانا ہی منہ دوسرے ساکھیاہ پر یوگ کو ایک + وہ ہی اہل نظر بھی کہلاتے ہیں
ان میں سے یوگ زیادہ آسان اور پچھلے گیان کا راستہ یوگ کے مقابلے
میں زیادہ مشکل اور روکھا پھیکا ہے۔ اس پر پر لے ہی چلا کرتے ہیں +

ایضمت

پر تیار کا بیان

پہلی فصل - اندریاں اور انکے بٹے

پرانایام کے باب میں بتایا جا چکا ہے کہ بٹ یوگی پرانا یا م کو معراج سمجھتا ہے
یعنی اس کی غرض پرانی پر قابو پا کر ستر جہاں اور شکتیاں چل کر لے
لی جوتی ہے۔ اس کے برعکس راج یوگی اور گیانی پرانا یا م کو محض یکسو
طبع کا ایک وسیلہ جانتے ہیں جو ترقی کر کے پر تیار کی صورت میں تبدیل
ہوتا ہے۔ پر تیار کا معنی بدلنا ہے یعنی اندریوں کو چیت کی

کہتے ہیں کہ اس کے دو طریق ہیں یعنی سن اتھیاں یا بیراگ سے روکا جاتا ہے
شری بھگوان کرشن بھی بھگوت گیتا میں یہی کہتے ہیں۔ ارجن پوچھتا ہے :-
یہ یوگ کرشن آپ نے بتلایا :- یکساں نظری کا مری سنے تو ذرا
ٹھیرا نہ ہوگا یہاں بالاستعمال :- کیا وجہ کہ اضطراب کا ہے کھٹکا

پنچل ہے سن کرشن اور طوفانی :- شہزوری و مصنوعی ہریاں لٹانی
سن کا مشکل ہے کہ نابل سطح :- جسطح کہ ششٹی میں ہوا لے آنی

شری بھگوان اس نتیجہ خیز سوال کا جواب مندرجہ ذیل نتیجہ خیز الفاظ میں نہایت
صفائی سے دیتے ہیں :-

لے ارجن کام ہے یہ بیشک شکل :- مضطر ہے بہت رکتا ہر مشکل سول
پر دو ہیں طریق اتھیاں اور بیراگ :- ان دونوں سے ہو جانا ہے مطلب حاصل

موجہ کل نہیں ہے بس ہر شکل ہر آگ :- ہے میری راگ یوگ کہتے ہیں جسے
سن بس میں ہو کر تاسے سے سیم :- تجو پر یہ مگر نہیں مینی ہے گئے
چونکہ دونوں راستے یعنی گیان یا ساکھیاہ اور یوگ یا اتھیاں ایک ہی
منزل مقصود یعنی مکش پر پہنچانے والے ہیں اس واسطے انہیں متضاد
طریق نہیں سمجھنا چاہئے۔ جن میں بحث و مباحثہ اور ایک دوسرے کو
برابرا کہنے سے کام لیا جائے۔ بلکہ جیسی بھگوان کرشن گیتا میں تعلیم دیتے
ہیں۔ دونوں کو ایک ہی نظر سے دیکھنا چاہئے۔ شری بھگوان کہتے ہیں :-
جو ساکھیاہ کو اور یوگ کو سمجھے میں جدا :- نادان نہ سمجھے ہیں وہ نہیں ہیں نادان

جب بے حد سکھ کہ بس اے بڑھی + اور اُن تک شرس ہو سکی
محسوس ہو اور ایسا ہو پھیرا و حصول + من کو کہ حقیقت سے نہ لغزش ہوگی۔

اس طرح کا سکھ کہ اس کو یوگی پا کر + مانے نہیں اور سکھ کو ہرگز برتر
جس میں کر کے حصول ایسا پھیرا و + تکلیف عظیم سے نہ ہو پھر مضطر

کہلاتا ہے بن نام اسی کا تو یوگ + اور اس میں ہی ہوتا ہے ہرگز سکھ کا
کرنے لائق ہی ہے کر کے یقین + اس طرح کہ مضطر کا کچھ نہ ہو

من جب مضطر اور جھیل ہو + اور جگہ جگہاں جہاں وہیں اس کو
لے آئے پھر پکڑ کے اپنے بس میں + رکھے جانے نہ دے کہیں اسے جو خوف

من ہو گیا جہانت تو بس یہ یوگی + ہو جاتی ہیں شانت خواہشیں سب جکی
ہو جاتا ہے جو ہر گنا چومنے پاک + پاتا ہے وہ سکھ بن کر جس کی نہ ٹی
اس طرح راج یوگی راج یوگ کے ابھیاس سے موکش پر پہنچتے ہیں کیلانی
راستہ ابھیاس نہیں ہے بلکہ بیراگ اور بیچارہ ہے۔ وہ دنیا کے نظاروں کو
ناپائدار دیکھ کر ان کی طرف سے من میں بیراگ پیدا کرتا ہے اور بیچارہ کرتا
رہتا ہے کہ میں جس ان کا ناظر یا ساکشی ہوں۔ یہی موکش کے دو طریق ہیں۔
ان میں جو نسا جس کو پسند ہے یا جس کے جو لائق ہو وہی اسکے واسطے
بہتر طریق ہے۔ بعضوں کو یوگ آسان اور عجیب معلوم ہوا کرتا ہے بعضوں کو
گیان۔ چنانچہ من کے روکنے کا مضمون جہاں اٹھایا گیا ہے وہاں سکھوں کی

وہ روحانی، مٹنے والے کو کسی وجہ سے خاص پر نہیں۔ چنانچہ بھگوان پنہلی نے
 اسے ہوگ کہ برا نام پڑتی تو نہیں کر دیا ہے۔ بلکہ پرانا نام کو ایک ذرا چہ
 قرار دیا ہے جس سے لوگ نے اچھے نام جنی و حار نام میں مدد ملتی ہے۔
 و حار نام کے معنی ہیں ایک نعتیہ رنگہ۔ جو کہ اعتبار سے اس بات کی کر
 راستہ کہ اس کی توجہ سے صرف سے ہٹ کر صرف سائنسوں یا پرائیوٹوں پر
 سے اس واسطے ظاہر ہے کہ جس سے یہ وہ کہ جہ جانی دیا ہیگا اسی مزاحمت
 و ترقی کی ایک سے جاسکیگا۔ اور ہر طرح اس کے لئے یہ نام یا مآئیدہ ترقی کا
 یہ نہ ہر ہر ہوگی۔ جن چیزوں پر توجہ جانی یا سے ان کا ذکر مفصل و مشرق
 سادھی کے بیان میں آئے گا۔

حجاب بھی دور ہوتا ہے جسکا پردہ کلیشوں نے چٹ کی صفا پر چھا رکھا ہے۔ چٹ جو کہ ستوگوں کا کارہ ہے اس لئے مصفا اور نوری ہے مگر جبل انانیت رغبت نفرت اور محبت زندگی پانچ کلیشوں نے جن کا مفصل بیان سادھی کے ذکر میں آئیگا اسکی صفا کو اس طرح چھپا رکھا ہے جس طرح آفتاب یا ماہتاب پر مائل چھا جائیں۔ ان بادلوں کا اندھیرا پرانایام کی مزا ولت سے دور ہوتا ہے اور چٹ کی صفا کا نور اپنی جھلک دکھاتا ہے۔

یہاں اتنا خیال رکھنا چاہئے۔ کہ بعض اس نور کی جھلک پر ہی مانع ہو کر بیٹھ رہتے ہیں اور آگے کی ترقی سے محروم رہ جاتے ہیں۔ بعض کبھک کی سق بڑھا کر مدارسی یا بازاریگر بن جاتے ہیں۔ اس سرکار و دربار میں جاتے ہیں اور اپنا کمال دکھانے کو کہتے ہیں کہ میں کوٹھے میں بند کر کے دروازہ کا تیغ کر دو یا قبر میں دفن کر کے اوپر پہرہ بٹھا دو اور ہم پندرہ روز یا چالیس روز میں زندہ نکلیں گے۔ اس وقت میں بھینٹ چڑھانا یا انعام و اکرام دینا چاہتا ہوں یہ ورزش آتی ہے کہ پران کو کسی چکر میں روک لیں اس واسطے حقیقت میں بھینٹ دو بھینے بعد زندہ نکلتے ہیں اور لوگوں کے چڑھاوے یا راجاؤں کے پیش بہانہ بننے لے کر گھروں کو جاتے ہیں۔ اس قسم کے حتم وید واقعات لوگوں کے نگھے جوئے تاریخوں میں ملتے ہیں۔ اور اب بھی اس علم کے جاننے والے کہا ہندوستان میں اور کیا اور ملک میں پائے جاتے ہیں۔ مگر یہ سب ہٹ یوگی میں جہنوں نے پران کے علم کو روٹی کسانے کا وسیلہ بنا رکھا ہے انہیں روحانیت اور موش مارگ پر چلنے سے کچھ علاقتہ نہیں ہے۔

گیانی اور راج یوگی آتے جاتے سالوں پر دھیان جمانا اس واسطے خضر کیا کرتے ہیں۔ کہ اس پہانے سے من کیسو ہو اور اس کیسوئی کی کرتے

یا انرجی کی روک تھام شروع ہوتی ہے۔ اسی کا پہلا قدم اولکھات کا احساس ہے۔ یہیں سے یوگی کی روک تھام شروع ہوتی ہے کہ وہ مختلف چکر میں پرانوں کو بندریج روکتا ہوا آخر کے چکر میں سمائے اور سادھی کے کل آئندہ کو پیچھے رہے۔ پران بنزد صہ کی انہما ہے جس میں میاں سمبھاسی کا ادرش رہنا چاہئے۔ یہاں بھی تدریجی روک تھام باقائمدگی اتھیاں اعتقاد اسخ، غبرہ وغیرہ اسی طرح کارآمد ہیں جس طرح سالوں کے روکنے میں مفید ثابت ہو کر کرتے ہیں۔ زمان و مکان کے لحاظ سے یہ آئی پرانا پیام بھی حیوانی، بشری، بوکرتی ہے جس کا انحصار بھیاں کے اتھیاں بر ہے۔

چوتھی فصل۔ پرانا پیام کا پھیل

بیمردنی پرانا نام کا نام رہا جاتا ہے۔ یہ وہاں تک پہنچی جا چکا ہے کہ یران اور پان
دونوں مل جائیں اور بوگی انہیں کھینچ کر داغ کی طرح چڑھنا محسوس کرنے لگے
ایسا کرنے سے نا بھی میں کھنڈلنی جاگتی ہے یہی حرکت میں آتی ہے۔ کوشش
یہ ہونی چاہئے کہ نا بھی سے پران اور ہیر چڑھ کر مٹاؤ سے ٹکراتا محسوس ہو۔
اس ٹکراتے کو اصطلاح میں آؤ گھات یا ضرب کہتے ہیں۔ ٹیڈ کر یہی پرانا نام
کہلاتی ہے۔ کبھک دوسری ریچک تیسری آؤ گھات کا احساس آدمی کو
پرانا نام کے جوئے درجے پر پہنچا رہا ہے اور بھی آؤ پرانا نام ہے نہ
کبھک میں اندر آئے والا اور باہر جانے والا سانس۔ یہ شک رکھتا
ہے۔ لیکن جیسے یوگ درشن کے ہماستہ ہیں شری دیاس جی کہتے ہیں حال
یہ ہوتا ہے کہ جب طرح تپے ہو۔ تے ہو۔ یہ ہماستہ کی پوند کر کر فوراً کھاتی
ہے اور اس کا علم دیکھنے والے کو بس دم کے دم ہی ہوتا ہے اس طرح کبھک
میں پران کی گئی کے رکھنے کا علم پران روکتے۔ اسے کہوں صاف صاف
نہیں پڑتا کہ ریچک پورک اور کبھک بتوں قسم کی پرانا نام پر میں فادر ہوں۔ چھ
اصلی پرانا نام آؤ گھات کے اس علم سے ہی شروع ہوتی ہے کہ مجھے پران دیکھنے
قدرت ہوتی جاتی ہے۔ پران کا ہیر ذنی پیشے اک سے بارہ انگل باہر جاتا ہے
اور اندر ذنی پیشے قلب و ناف کے جگہ ہیں۔ ان دونوں کو جان کر جب پران
کی گتی روکی جاتی ہے وہ جو بھی پرانا نام کہلاتی ہے نہ
مرو کنا کبھک سے مختلف ہے۔ یہ وہی کبھک میں پرانا نام کرنا ہے
وہ پران گتی ہر درہ پر قدرت رکھنے کا علم نہیں ہوتا۔ جو بھی پرانا نام
پران روکا جاتا ہے اس میں ہوتا ہے۔ پہلی تین یعنی پورک ریچک اور
تک صرف سانسوں کے مختلف ہیں۔ یہاں سے پہلی پران یعنی قوت

یہ تو بٹھے کے اثر کا دماغ میں پہنچنے کا حال تھا۔ اب سنئے کہ اثر شخص سے ہو چکتا ہے تو دماغ تھر تھرا یا حرکت میں آتا ہے اور یہ تھر تھرا سٹ دوہرا قسم کی ناٹریوں میں "تار برقی" کے اثر کی طرح پہنچتی ہے اور آخر انگلی تک پہنچ کر اسے وہاں سے ہٹنے پر مجبور کرتی ہے۔ تمام کام آنا نانا ہوتا ہے۔ یہ مانع تھا حکم اور ناٹریوں کا اُسے باہر لے جانا ہے جس کا ذکر ہم ابھی اوپر کر چکے ہیں۔ حکم پہنچتے ہی انگلی تکلیف دینے والی شے سے فوراً ہی اٹھیک اور ضرور ہٹ جاتی ہے۔ لمحہ لمحہ بھی عمل جسم کے ہر ایک حصے میں ہوتا رہتا ہے اور اس خوبی اور پختگی سے کہ آدمی کو معلوم تک نہیں ہوتا۔ یہ ایڑا اور پٹکلا ناٹریوں کے اعمال ہیں جن سے جسم انسانی کی کل چلنی رہتی ہے اور اپنا کام کئے جاتی ہے۔ معمولی آدمیوں میں پیران کی تمام حرکات انہیں دونوں قسم کی ناٹریوں کے ذریعے سے ہوتی ہے۔

یوگی ایڑا اور پٹکلا ناٹریوں سے پیران کے سنجار یا حرکت کو ہٹا کر نیچ کی ناٹری ششما میں لے جاتا ہے اور درجہ بدرجہ ایک چکر میں چڑھاتا ہے۔ جو چیز چڑھتی ہے وہ کٹ لینی ہے۔ اسے منتقل کی صورت بتایا جاتا ہے۔ معمولی آدمیوں میں بالکل ہوتی ہے۔ پیرانا ایام کی مزا ولت اور دھینا دتے رہنے کی برکت سے یوگی اسے سیدھا کرتا ہے اور بند پچ اوپر چڑھاتا ہے۔ اس سے مرحلے طے ہوتے چلے جاتے ہیں۔ کشف کے خواہشمند لوگو کشف ہوتا جلا جاتا ہے۔ سیدھی اور شکتی کے طالبوں کو سیدھیاں اور شکتیاں ملتی چلی جاتی ہیں۔

سانسوں کی یورک بگھک اور ریچک صرف ابتدائی مرحلہ ہے جس کی غرض پیرانوں کی حرکت کو باقاعدہ بنانا اور کیوٹی طبع کا ہم پہنچانا ہے۔ اسے

اندریاں بشیوں سے متاثر ہوتی ہیں۔ انتہہ کرن خواہش ارادہ وغیرہ کرتا ہے۔

خاص مقامات جسم میں یہ ناڑیاں گچھوں کی صورت میں ہیں۔ انہیں پلکسر چکریا مرکز کا نام دیا جاتا ہے۔ یوں سمجھو کہ ان میں مادہ دماغی عصا یعنی دور و دلی صورت میں نہیں ہے۔ بلکہ گول گول گیند سا ہے۔ ان ساتوں چکروں کے نام اور مقام ذیل میں درج ہیں۔ پہلا مول آدھا رگدہ میں ہے۔ دوسرا دھشتھان رنگ اور نابھی کے بیچ میں ہے۔ تیسرا مینی یورنا نابھی میں ہے۔ چوتھا اناہت ہر دے میں ہے۔ پانچواں وشتدھی حلق میں ہے۔ چھٹا آگیا بھووں کے بیچ میں ہے۔ ساتواں مہسار دماغ میں ہے جس ناڑی میں یہ گیندیں پروئی ہوئی ہیں اسے ششنا کہتے ہیں۔

ششنا جسم انسانی کے عین بیچ میں ہے۔ اس کے بائیں طرف جو ناڑی ناڑیاں ہیں انہیں ایڑا کا نام دیا جاتا ہے اور دائیں طرف والیوں کو پنگلاکا۔ معمولی آدمیوں میں پران کی حرکت ابڑا اور پنگلا ناڑیوں میں ہی ہوتی ہے ایڑا سے بشیوں کے اثرات دماغ تک پہنچتے ہیں اور پنگلا سے دماغ کے احکامات باہر جاتے ہیں۔ مثلاً فرض کرو کہ چراغ روشن کرنے میں تمہاری انگلی نو سے جا لگی۔ انگلی کی بیرونی کھال کچھ اندرونی نازک کھال اور ہے اور اس میں ناڑیاں ہیں سوہ اس نو کی گرمی سے متاثر ہوگی اور تار برقی کی طرح گرمی کے اثر کو دماغ میں لیجا بیٹنی۔ اس وقت آدمی جلنے کی تکلیف کو محسوس کرے گا۔ اگر خدا نخواستہ ناڑی کا کام سے عاری ہیں جیسے فالج زدہ لوگوں میں دیکھا جاتا ہے تو جلنے کی اذیت محسوس نہیں ہوگی۔ وجہ یہ ہے کہ ناڑیاں پٹے کا اثر دماغ میں نہیں لے گئیں ہیں اسی واسطے علم بھی نہیں ہوتا ہے۔

ایسا آئند محسوس ہوگا کہ ٹھریلے باجے بجتے ہوں یا ٹھریلے گئے گاتے ہوں تو اس وقت محسوس ہوا کرتا ہے۔ اس باتا عدد کی حرکات کا نتیجہ یہ بھی ہوتا ہے کہ آدمی کے چہرے پر شگفتگی آتی ہے۔ آواز میٹھی اور دلکش بن جاتی ہے۔ قلب شانت اور سگن رہتا ہے اور ہر طرح سکھ اور شانتی محسوس ہونے لگتی ہے ۛ

تم پوچھو گے کہ سانسوں کی رفتار باتا عدد بنانے سے پرانوں کی حرکات باتا عدد کا انوکھو کیونکر ہوتا ہے۔ سنو۔ سانس باتا عدد طور پر کھینچنے لگے اور ان میں فوجہ کیسو ہونے لگی تو بے تعلیم طور پر ابھیاسی کو سکھ اور شانتی محسوس ہونے کو تو ہر شخص تسلیم کرے گا۔ اس میں کسی کو انکار نہیں ہو سکتا بعض لوگ بہ حالت نفس بہم بنچا کر دھیان کرنے کی مزا ولت بہم بنچاتے ہیں اور اس طرح مدارج اعلیٰ پر چڑھتے چلے جاتے ہیں۔ ان کا راستہ پرانوں کی روک کا راستہ نہیں ہے۔ ہاں جو لوگ پرانا یام کو ہی معراج ترقی بنانے کے فکر میں ہیں وہ ان سانسوں کا خیال تو چھوڑ دیتے ہیں۔ اور ان کی جگہ پرانوں کی روک اور ان پر قابو حاصل کرنے کا خیال دل میں جاتے ہیں ۛ

اس کا طریق سنئے کہ جو پران ہمارے جسم میں کام کر رہا ہے۔ وہ مادہ دماغی کے ذریعے سے کام کر رہا ہے۔ اسے نروس میٹریا مادہ اعصابی کہتے ہیں۔ انسانی کھوپڑی میں یہی بھرا ہوا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کی خلا میں یہی بھرا ہوا ہے۔ اور اسی مادے کی سفید سفید رگیں تمام جسم میں پھیلی ہوئی ہیں۔ انہیں نائریاں اعصاب یا نروڈ کہتے ہیں۔ انہیں میں پران کی دھاریں بہتی رہتی ہیں۔ انہیں کے ذریعے سے گرم اندریاں کام کرتی ہیں

بیس چار ماتراؤں میں آٹھ حصہ شامل ہے کہ اس میں ہولے ہولے ایک دو تین چار گن سکین۔ اس کو ایک پرانا یام کہتے ہیں۔

صبح دوپہر اور شام کو پرانا یام کا اٹھبیس کرنا چاہئے۔ شروع چار ماتراؤں سے کرو اور ہولے ہولے جیسی گورو ہدایت کرے اس کے بموجب ماتراؤں کو بڑھاتے جاؤ۔ مگر پورک کنبھک اور ریکیک میں نسبت ہی ایک چار اور دو کی ہمیشہ رکھو۔ ماتراؤں کے بڑھانے کو یوگ کی اصطلاح میں پرانا یام کا بلحاظ زمان بڑھانا کہتے ہیں۔ یہ بھی لحاظ رہے کہ ایک وقفہ کی نشست میں شروع چار پرانا یاموں سے کرو۔ یہ تعداد ہی کافی ہے یہ بعد میں گورو کی ہدایت کے بموجب تعداد کو بڑھاتے جاؤ۔ اسی تک ایک نشست میں پرانا یام کی جاتی ہیں۔

پرانا یام کا لبا یا چھوٹا ہونا بلحاظ مکان بھی ہوتا ہے۔ مکان سے جسم کا اندر باہر بھی مراد ہے اور خود سانسوں کی درازی بھی۔ جو لوگ سردی کا عل کرتے ہیں وہ بتاتے ہیں کہ پرتھوی جل لگنی دایہ اور آکاش نتو جس جس وقت زور پھر ہوتے ہیں اس وقت سانس کی درازی مارہ سولہ چار آٹھ اور صفرا نکل کی ہوا کرتی ہے۔ انہیں تنووں کے لحاظ سے سانسوں کو لبا یا چھوٹا کیا جاتا ہے۔

مشق پیہم سے سانسوں میں باقاعدگی پیدا ہوتی ہے تو جو قوت نسو کو اندر اور باہر لے جاتی ہے اس میں بھی باقاعدگی اور سٹر بلا پن رونما ہوتا ہے۔ یہ پران ہے جو ہمارے جسم کو سہارے ہوئے ہے اور جس کے بل پر تمام اعضا اپنا اپنا کام کرتے ہیں۔ پراں کی حرکت باقاعدہ ہوئی تو تمام اعضا کے کام باقاعدہ ہونے لگیں گے۔ اضطراب و پریشانی دور ہوگی اور بعینہ

کھینچتے ہیں۔ انہیں یہ دھواں نہ دے کیوں نہ کیا جائے۔ جس طرح دھواں
 دے کر لائی اور چیرتا ہیں ویسے ہی سانس بھی ہیں۔ پس اور کسی شے
 کی بجائے سانسوں پر ہی دھواں اچھا لگتا تو دھواں لگانے کا کھیل یعنی
 کیسوئے طبع برابر چلا کر ہو سکتا ہے۔ یہ بیان نام کا اصول ہے۔
 سانسوں پر دھواں کیسوئے مکر رہیں۔ اول کچھ دنوں یہ مشق کرو کہ سانس
 باقاعدہ اور گہرے کھینچو اور کچھ دیر بعد ہوا کو اندر سے ہولے ہولے اتنی
 ہی دیر میں نکالو جتنی دیر میں اندر لے گئے تھے۔ یہ ابتدائی مشق ہے جتنی
 سانسوں میں بائیں آواز ہوگی۔ اسی ہی شانتی اور کیسوئی نہیں محسوس ہوتی
 حائیگی۔ دھواں بیٹھا نہ ہو۔ لہذا سانسوں کی طرف لگا رہیگا اور کیسوئی شانتی کا
 باعث ہوگا۔

کچھ عرصہ اس طرح مشق کر کے اب ہرگز شروع کرو کہ دائیں نگوے کو
 اٹھو تھے۔ سانس بند کرو اور بائیں نگوے کو کھلا رکھ کر ہولے ہولے ہوا اندر
 کھینچو۔ پھر دائیں کو اٹھو تھے سے اور بائیں کو دو یا باقی چاروں انگلیوں سے
 کچھ دیر بند رکھو۔ پھر بائیں کو بند رکھتے ہوئے دائیں نگوے سے اٹھو بٹھا
 اٹھا لو اور ہولے ہولے سانس کو باہر نکالو۔ اب بائیں کے بجائے دائیں
 نگوے سے سانس لو اور بائیں کو بند رکھ کر اور کچھ دیر اندر ہوا روک کر بائیں
 سے باہر نکالو۔ اندر آتے ہوئے سانس کو پران کا نام دیا جاتا ہے اور باہر
 جاتے کو اپان کا۔ جو وقت تک سانس اندر آ رہا ہے اسی وقت تک اسے
 پورک کہتے ہیں۔ جو وقت تک رکا ہوا ہے کبھک اور جو وقت تک باہر نکالا
 جا رہا ہے ریچک۔ پورک چار ماترائوں کبھک سولہ ماترائوں اور ریچک
 آٹھ ماترائوں کا ہونا لازم ہے۔ ماترا تقریباً ایک سکند یا لمحے کا نام ہے۔

کچھ نقصان ہوتا دیکھتے تو پہلے ہی قدم پر اس کا تدارک عمل میں لائے۔
کتابوں میں پڑھ کر پرانا یام ہرگز نہیں کرنی چاہئے۔

پرانایام کی ورزشیں بتانے کے بجائے یہاں میں پرانا یام کے اصول
کی تشریح کرتا ہوں۔ تمام حرکات اور قلب کے اضطراب کا باعث پران ہے۔ پرانا یام
پران کی حرکت کو روکنے اور اس پر قابو پانے کے اچھیا س کو کہتے ہیں۔ جسم
کیشف کے مقابلے میں پران چونکہ نہایت لطیف چیز ہے۔ اس واسطے اس پر قابو
پانے کے اچھیا س قدر تا مسخت و شوار چیزیں ہیں۔ اس واسطے اول موٹی
چیز یعنی اتے جاتے سانس کو لیتے ہیں اور ان کی حرکت کو باقاعدہ بناتے
ہیں۔ جیسا اوپر بتایا جا چکا ہے۔ یہ سانس ہرگز ہرگز پران نہیں ہیں۔ بلکہ
پران وہ لطیف قوت ہے جو سانس کو اندر لیتی اور باہر نکالتی ہے۔ اگر ہم
اپنے سانسوں کو باقاعدہ بنالیا تو جو قوت انہیں حرکت دے رہی ہے۔
نظاہر ہے کہ وہ بھی باقاعدگی اختیار کر لیں۔ اس سے جسم کے ہر عضو کے عمل
میں باقاعدگی آئے گی۔ اضطراب یا چینل ہونا اور اس کا نتیجہ دکھ تکلیف اور
پریشانی دور ہوگی۔ اور اس کی بجائے یکسوئی سکھ اور شانتی رُخ دکھائی
جس طرح یہ سانسوں کے روکنے کا خیال پیدا ہوا ہے۔ اسے تم خود
آسانی کے ساتھ معلوم کر سکتے ہو۔ اکیلی جگہ جہاں کوئی مارج نہ ہو اس جگہ
بیٹھو۔ اور اس کو خالی کر کے کسی شے پر دھیان جمانے کی کوشش کرو۔ دیکھو گے
کہ من میں سے خیالات فاسد نکل کر وہ خالی ہونا تو شروع ہو گا۔ مگر جس
چیز پر دھیان جانا چاہتے ہو اس پر جیسا نہیں۔ بلکہ دھیان پر پھر کرتے
جاتے سانسوں کی طرف جا بگا اور وہ یکسوئی کے مارج ثابت ہوں گے
جو کہ غلو سے من میں سانس مارج ہوتے ہیں اور دھیان کو اپنی طرف

اور تبدیلیاں کی گئی ہیں۔ وہیں یرانا یام کو بھی بالکل متروک کر دیا گیا ہے۔
ویدانت گو سروپ چنتن کا شاستر ہے مگر یرانا یام کی اہمیت کو ماننا
ہے۔ یوگ و اسٹش محض گیاں کی کتاب ہے۔ جس میں کریم پختی پرانیاسنا
وغیرہ کسی کی تعلیم نہیں دی گئی۔ مگر نروان پر کرں کی پہلی کہانی جس میں سیشٹ جی
کی کاگ بھنڈ سے ملاقات ہوئی ہے۔ وہاں اس یرانا یام کی بخوبی توجیہ
کی گئی ہے جو ویدانتی گیلانی کرتے ہیں۔ ناظرین اس معنی کو میرے یوگ و اسٹش
میں جو سادھو میں نکل چکا ہے بغور مطالعہ کریں۔ اس سے معلوم ہو گا کہ حقیقت
کو کیسے کرنے میں پرانا یام کیا کام دیا کرتی ہے اور کیا اہمیت رکھتی ہے۔

تیسری فصل پرانا یام کا طریق

ہٹ یوگ کی کتابوں میں جو کیا سنکرت و ہندی میں ہیں۔ اور کیا یورپ
امریکہ میں سائنس آف برتھ (علم جنس دم) یا نیو تھوٹ فلاسفی (نیا علم خیال)
کے نام سے نکلی ہیں۔ یرانا یام کی طرح طرح کی ورزشیں دی جوتی جوتی ہیں۔
اور ان کے طرح طرح کے فائدے بتائے ہوئے ہیں۔ مگر میں چاہتا تو سمجھ
ورزشیں یہاں آسانی کے ساتھ نقل کر سکتا تھا۔ مگر میں نے دانستہ
نہیں کی ہیں۔ مشاق گورو کی مدد کے بغیر جو لوگ کتابوں کو پڑھ کر
پرانا یام کرنی شروع کر دیتے ہیں۔ وہ بجائے فائدہ الٹ نقصان اٹھاتے ہیں
اور بسا اوقات سخت امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس لئے پرانا یام
جب سیکھو کسی مشاق آدمی سے سیکھو۔ تاکہ وہ اسی رچ دیکھنا رہے اور اگر

کو بچے میں بند کر کے اور تیغ و دیکر رکھا یا قبر کھود کر اور اس میں بٹھا کر دفن کر دیا۔
 مدت مہینہ کے بعد جو کھولا گیا تو وہ زندہ و سلامت نکلا اور کبھی باتل کی
 مالش کرنے اور دو دیا کبھی پلانے سے ہوش میں آ گیا۔ اور پھر دو میر ہا ایک
 دو روز میں تمولی کار و بار کرنے کے لائق ہو گیا اور انجام و اکرام لیکر خست
 ہوا۔ یہ لوگ پہلے یوگی کہلاتے ہیں۔ انہیں پرانی کے سائیں اور
 پیرانا نام کے طریق سے واقفیت ہے۔ مگر اُسے بہ اتم آشتی مہا نام میں نہیں
 لارہے ہیں جس سے روحانی ترقی کے مدارج اعلیٰ پر چڑھیں اور شانت پر
 چل کریں۔ بلکہ براری یا بازگیروں کی طرح روپیہ کمانے یا نام و شہرت حاصل
 کرنے کے واسطے استعمال کر رہے ہیں۔ انہیں لوگوں نے پیرانا نام کے
 رموز و نکات دریافت کر کر کے اُسے کمانے کمانے کا سائنس بنالیا ہے جو
 راج یوگی یا ویدانتی اس غرض سے پیرانا نام نہیں کرتا۔ بلکہ پیرانا نام کا
 ابھیا اس وہ اس مطلب سے کرتا ہے کہ دھیان صرف سانشوں پر رہے
 اور دھرم و دھرم بھگتا نہ پھرے۔ یاد رہے کہ پیرانا نام صرف یوگیوں کے
 ہی ابھیا کی چیز نہیں ہے۔ بلکہ وید کے ماننے والے ہندوؤں کے ہر
 فرقے میں رائج ہے۔ ہم لوگوں کے لئے وید کی مدھی ہے کہ ہر روز سدا کرتی ہے
 چاہتے ہندھی اپنے سروپ کا چنتن ہے۔ مگر اس سروپ چنتن پر دھیان نہ
 کی غرض سے آنے جاتے سانشوں کو کبھی روکا جاتا ہے اور ایک سانش میں
 منتر کا منتر پڑھا جاتا ہے پیرانا نام ہی ہے اور کچھ نہیں۔ نئے ویشیو چنتن
 شوشکی وغیرہ کے چنتنوں۔ کبیر چنتنوں۔ دادو چنتنوں۔ جوگی ببراگیوں۔
 نانک چنتنوں وغیرہ میں بھی پیرانا نام برابر کی جاتی ہے۔ ہاں
 حال ہی میں ایک نیا چنتہ اور جاری ہوا ہے۔ اس میں جہاں پیرانی باتیں

ہر سائنس پیدا ہوا ہے۔ اب ہو رہا ہے۔ اور آئندہ ہوتا رہے گا۔ بھاپ بجلی مقناطیسی قوت وغیرہ وغیرہ کے ذریعے سے آجکل یورپ و امریکا میں جو کھلیں ایجاد ہوئی ہیں اور جو عجیب و غریب کام ان سے لئے جا رہے ہیں۔ ان کا اصل اصول یہی دھیان دینا تھا جو اباب علوم طبعی نے دیا ہے اور سیدھیوں اور شکیلوں کا ظہور کر دیا ہے۔ یہ طبعیات کا حال تھا۔ ماہران انفس و ماہران علم الحیات نے اپنے اپنے علوم پر دھیان دیا اور ان میں عجیب سیدھیاں حاصل کر لیں۔

سانسوں پر دھیان دے کر پران کا علم دریافت کرنا ہندوستان میں شروع ہوا اور یہیں کمال کو پہنچا۔ اب یورپ اور امریکا میں بھی اس طرف توجہ شروع ہوئی ہے اور کچھ لٹریچر نکلا ہے۔ مگر وہ سب یہیں کا چٹ پٹ ہے۔ ہمارے اچانکوں نے پرانا ایام کی نزاولت پیہم سے پران کے رموز دریافت کئے۔ ایک ایک سیدھی بہیم بھی۔ دوسرے کو دوسری۔ یہاں تک کہ پرانا ایام بجائے خود ایک سائنس ہو گیا۔ جن لوگوں نے ہٹ یوگ کی کتابیں پڑھی ہیں وہ بتا سینگے کہ پرانا ایام لا انتہا طبعوں سے کی جاتی ہے۔ گھر گھر کی پرانا ایام علیحدہ ہے۔ مت مت کی پرانا ایام جدا ہے۔ بیٹھ کر کرتے ہیں۔ کھڑے ہو کر کرتے ہیں۔ بھجک کرتے ہیں۔ لیٹ کر کرتے ہیں۔ غرض اس کی ورزشیں دسویں مختلف ہیں جیسے جہنا شک کی ہوتی ہیں۔

جس طرح جہنا شک کی مختلف ورزشوں سے مختلف قوائے جسم منویاتے اور طاقت پکڑتے ہیں۔ اسی طرح پرانا ایام کی مختلف ورزشیں مختلف فائدے دیتی ہیں۔ بعض ورزش کھانا ہضم کرتی ہے۔ بعض کوئی خاص مرض دور کرتی ہے۔ بعض صحت کے واسطے مفید ہے۔ بعض زور و طاقت کے لئے سودمند ہے۔ غرض کسی سے کسی قسم کی سیدھی بہیم نہیں ہوتی ہے۔ کسی سے کسی قسم کی۔

اکثر لوگوں کا تو انجام یہی ہوتا ہے کہ شے بدلتے بدلتے اور شانتی و سکھ کی تلاش بے سود کرتے کرتے آخر بے بل درم و بنا سے کام چلے جاتے ہیں۔ ہاں بعض خوش نصیب جن کے بچھلے گرم اچھے ہیں جن پر ایشور کی کرپا ہے۔ جنہیں ست سنگ مبتہر ہو گیا ہے۔ اپنے پرانے سنکاروں کی وجہ سے سمجھ لیتے ہیں کہ دیوی شاعل بے عمر نہ میں شانتی اور سکھ نہیں سکتا میں ان بدلتے ہوئے نعمتوں سے ہٹ کر وہ قیام زیر شے کی طرف متوجہ ہوتے ہیں۔ مرنے والی اشیا سے نظر ہٹا کر اندرونی آتما کی طرف دھیان لگانا شروع کرتے ہیں۔ کہ باہر تو سکھ اور شانتی ہے نہیں۔ اندر دیکھو وہاں تلخے من کو شہیں سے خالی کیجئے تو اس کو چھیننا یا اضطراب دور ہوتا ہے اور سکھ و شانتی رونما ہوتی ہے۔ عرض شانتی اور سکھ اضطراب قلب میں نہیں ہے بلکہ کیسوی قلب میں ہے۔ کیسوی دھیان سے ہم پہنچتی ہے۔ گرد و جانا کرنے بیٹھے تو عجیب نامشہ نظر سے گزرتا ہے۔ من اور طرف سے خالی ہوتا ہے تو دھیان پر بھیر کر سانوں کی طرف جاتا ہے۔ آنے جانے سانس میں کہ بے اختیار توجہ کو گھنٹتے ہیں اور جس چیز پر دھیان جا کر دیت کو کیسو کرنے کا ارادہ کر کے بیٹھے تھے اس پر دھیان کو جھنٹ نہیں دیتے۔ یہ ایسی بدیہی بات ہے کہ ہر شخص بذات خود تجربہ کر کے دیکھ سکتا ہے۔

آنے جاتے سانس جب اس طرح رکا وٹ ثابت ہوئے تو ہمارے قدیم چاریوں کو یہ خیال آیا پر آیا کہ اور چیزوں پر دھیان جانے کی بجائے ان رکا وٹ ڈالنے والے سانوں پر دھیان کیوں جائیں اس طرح سانوں پر ہی توجہ دینی شروع ہوئی۔ تاہم یہ ہے کہ چیت جس شے پر کیسو ہوگا اس کی مائیت چھلکی اور اس کے متعلق جو سیدھییاں اور شکیتاں ہیں وہ رونما ہونگی۔ اس طرح دنیا کا

ہم اس ہر ان سے کام لینا اور اس پر ناپاکیاں لگائیں۔ خود نیکی تمام تو ہونے کا کام
میں آسکتے ہیں اور ان پر غائب آسکتے ہیں جس طرح بے سے انسان پر ان پر قابو
یا اس ہے۔ اس علاج میں ہی کا نام پر ایام یا ایران کا روکنا ہے۔

یہ ایران کے روکنے کا خیال طبع انسانی میں پیدا کیونکر ہوا۔ سوال یہ
ہی قدم پر اٹھتا ہے اور اس کا جواب دینے ضروری ہے۔ اسی جو اب سے پر ایام
کے مسئلے پر روشنی پڑی۔ یکے پر شخص سکھ کا طالب ہے اور دیکھ سے بھانپتا ہے۔
سب پر پتا ہے میں کہ دیکھ ہم سے دور رہے اور جہاں تک جو سکھ جھوس گیا
کرے۔ مگر دیکھ ہی کا نام ہے۔ یہاں ایک حالت پر قرار دینی سمجھ و فہم کا
کام ہے۔ میری نظر سے دیکھ رہے رہتے ہیں۔ اندرونی کیفیتاں نفس
یعنی چیت کی برتیاں ہر لحظہ تبدیل ہوتی رہتی ہیں ایک حالت کیونکر رہ سکتی ہے۔
ہی تکلیف اور دیکھ درد کا باعث ہے۔ اس کے روکنے کو آدمی طرح طرح کی بنیاد پر
عمل میں لاتا ہے۔ مثلاً فکر دنیوی ستاتا ہے تو وہ کتاب لے کر بیٹھتا ہے، بڑا
یا بازار میں سیر کو نکلتا ہے۔ شراب بھنگ اور طرح کی نشہ بازی میں غم غلط
کرتا ہے۔ بھینتی شاعری شطرنج چومر با اور سینکڑوں قسموں کے کھیلوں
میں مصروف ہوتا ہے۔ نئے شے پیدا کرتا ہے۔ نئے شوق اٹھاتا ہے۔
غرض تمام اچھے یا بُرے شوقوں شغلوں اور مصروفیت کی تہ میں یہی من کا
و کشیب با اضطراب قلب ہے۔ جو انسان کو ہر طرف کھینچے کھینچے لے کر بیٹھتا ہے۔
گر مشافی اور سکھ ہے کہ ڈھنڈھا نہیں ملتا۔ جس طرح شہد کی مکھی ایک پھول
سے دوسرے پر جاتی ہے اور کہیں ٹکرتی نہیں سہلرح آدمی بھی ہر قسم کے مشغلے
اور شوق کا رس چاکھتا ہے اور بھوڑے عرصے میں جب وہ رس مزا نہیں
دیتا تو اور طرف جھکتا ہے۔ یہی حال برابر چلا جاتا ہے۔

پر دھان سے تین قسم کی چیزیں نکھڑیں آتی ہیں۔ اول موٹی مادی چیزیں مثلاً خاک و آب وغیرہ۔ دوسرے وہ لطیف توانیں جو ان کثیف چیزوں میں کام کرتی ہیں۔ اور تیسرے اندریاں اور انتہہ کرن وغیرہ جو سب سے لطیف ہیں۔ پس پر کرتی ہیں تین گون یا خاصے ہوئے۔ اول موٹی چیزیں پیدا کرنے والا خاصہ۔ اسے تو گون کہتے ہیں۔ دوسرے لطیف توانیں پیدا کرنے والا خاصہ۔ اسکا نام رجو گون ہے۔ تیسرے پر کاش با علم پیدا کرنے والا خاصہ۔ ہسٹو گون ہے۔ چونکہ تینوں میں تبدیلی ہوتی رہتی ہے اس واسطے یہ تینوں پر کرتی کے کاریہ یعنی مادی چیزیں ہی ہیں۔ غیر متبدل اور ہمیشہ ایک رس رہنے والا ناظر پرش یا آتما کہلاتا ہے جس کے جوگ ہم پہنچانے اور وکش پر پر پہنچنے کے لئے یہ تمام تماشہ کائنات ہو رہا ہے اس بحث کا اصل یہ ہے کہ کثیف اور لطیف پران مادی شے ہی ہے بغیر مادی یعنی روح یا آتما نہیں ہے۔

دوسری قسم پران یا آتما پران کی ماہیت

پران یہ ہے جس کا بیان اوپر ہوا۔ کثیف پران جلیج ہمارے جسم کثیف سہارے ہوئے ہے۔ اسی طرح تمام ساقول برہانڈ کو ہمارے ہونے ہے۔ اور لطیف پران یعنی اندریاں اور انتہہ کرن جلیج ہمارے جسم میں کام کر رہا ہے اسی طرح بیرونی برہانڈ میں کام کر رہا ہے۔ غرض کیا ہمارے اندر اور کیا باہر ایک پران ہے جو کثیف و لطیف ہر قسم کی حرکات کا باعث ہے۔ اگر

جسم سے باہر آجاتا ہے مگر رہتا ہے جسم کے اس پاس ہی۔ اگر لاش کو جلا دو تو محل قیام نہ ہونے کی وجہ سے پیران سے کوش بھی منتشر ہو کر اپنے ماخیز پھیلے ہوئے پیران میں مل جاتا ہے اور جب سوکھ کر شمش کو شوں میں لپٹا ہوا دیکھ نیچے لوگوں کو جاتا ہے اور اگر دفن کر دو تو جب تک جسم خالی نکلتا اور سترنا رہیگا یہ بھی قبر کے اوپر رہیگا۔ اور گلنے سترنے کا عمل اس میں بھی ہوتا رہیگا۔ یہ اس موٹے پیران کا بیان تھا جس کے سہارے ہمارا جسم خاکی قائم ہے۔ اور جو کائنات کی جلائے والی مختلف قوتوں کی صورتوں میں بدلتا رہا جاتا ہے۔ یہ پیران کی صورت کثیف ہے۔ زیادہ لطیف پیران اندریوں کی صورت میں ملتا ہے اور اس سے بھی لطیف تر استہ کرن یعنی من چٹا بدھ جی اور انہکار کی صورت میں۔ سب سے لطیف پیران کی وہ حالت ہے۔ جو پرلے کے بعد جلنے کی سرشتی کے وقت زیر کرتی کی حالت ہمارے اضطراب پیدا کرنے سے حالت بدلتے اور خلقت عالم کے ظہور میں لانے کا باعث ہوتا ہے۔ اسی واسطے آپشندوں میں پیران کی اُپاسنا بتاتے وقت اس کو ہمیشہ اور شمشیر شیشہ یعنی عمر میں سب سے بزرگ اور قوت و طاقت میں سب سے افضل مانا گیا ہے +

یہاں ایک غلطی سے بچنا چاہئے۔ مغربی ارباب سائنس مادے اور قوت کو علیحدہ علیحدہ قائم بالذات وجود سمجھتے ہیں۔ مگر یہ غلطی ہے۔ پیران مادے ہی کی ایک صورت لطیف ہے۔ وجہ یہ کہ اس میں تبدیلی ہے۔ اور جہاں جہاں تبدیلی ہے وہ سب چیزیں مادے ہی کی صورتیں ہیں۔ صرف کثافت و لطافت کا فرق ہے اور کچھ نہیں۔ علت کائنات مادہ یا پر کرتی ہے جسے لوگ ادھ سا نکھیلہ میں پردھان کا نام دیا جاتا ہے۔ اسی

پکاتی ہے۔ نباتات کہ قوتِ نمونجیتی ہے۔ انسان کی زندگی ہے۔ آفتاب نہ ہو تو ایک بھی ذی حیات زمین پر نہ رو سکے۔ اور یہ یاد رہے کہ زمین پر کیا کئی کائنات پر کوئی ایسی شے نہیں ہے جو ذی حیات نہ ہو۔

خود انسان میں پران کا ظہور تم بد یہی طور پر دیکھ سکتے ہو جسم کے ہماری بوجھ کو پران ہی سہارا رہا ہے۔ اعضا کی حرکات کا باعث پران ہے۔ تم چلتے پھرتے اور کام کرتے ہی پران کی مدد سے ہو۔ کیا لکھاتے اور اُسے ہضم کر کے نمایاں پران سے ہو۔ جب تک یہ پران جسم میں ہے آدمی زندہ کہا جاتا ہے۔ جہاں اسے اس سچی کے گھر کو چھوڑا اور آدمی مردہ ہے۔ اُسے ایک دن بھی کوئی گھر میں رکھنے کا روادار نہیں ہے۔ جسم میں پران تازہ اور شگفتہ ہوتا ہے تو آدمی بھی شگفتہ خوشدل طاقتور اور صحت مند رہتا ہے۔ پران مڑ جیبا ہوا ہوتا ہے تو یوں سمجھو کہ آدمی بیمار مڑا اور نحیف ہے۔ بد جی طرح ہمارا بیرونی جسم یہ جسم خالی ہے جو چلتا پھرتا کام کرتا سب کی نظر آتا ہے۔ اس طرح اس کے اندر پران کا ایک جسم ہے جسے پران نے کوش کہتے ہیں۔ یہ جسم خالی سے ذرا بڑا ہے۔ دیکھنے والے کو اس کی کمریں صحت جسم خالی کے اوپر سوئیوں کی طرح کھڑی کھڑی نظر آیا کرتی ہیں۔ بیماری اور کمزوری کی حالت میں یہ کھڑی نہیں رہتیں بلکہ مڑ جیبا ہوئے پھول کی پتیوں کی طرح ٹھکی ہوئی دکھائی دیا کرتی ہیں۔ سمرزم اور سینو ٹیزم سے علاج کر کے والے لوگ مرلیٹن کے جسم میں یا تو ایسا پران منتقل کر کے طاقت پہنچاتے ہیں یا کسی اور شخص کا۔ پران پہنچنے سے مرلیٹن آپ کو طاقت ور محسوس کرتا ہے اور روز بروز محسوس ہوتا چلا جاتا ہے۔ پران نے کوش کا رنگ لکھا کھابی بنایا جاتا ہے۔ جب آدمی مڑتا ہے تو یہ پران نے کوش

ہندوستان میں یہ معمول ہزاروں برس سے معلوم تھا۔ پورے سائنس دانوں کو زمانہ حال میں معلوم ہوا ہے۔ مگر اب سب اس بات پر متفق ہیں کہ پران یا انرجی گل کائنات میں ایک ہے۔ اس کی مقدار متین ہے یعنی جس طرح نہ مادہ گھٹ سکتا ہے نہ بڑھ سکتا ہے بلکہ بدلتی ہوئی صورتوں میں اس کی مقدار متین رہی رہتی ہے۔ اس طرح روشنی حرارت برق مقناطیسی قوت نمو حرارت غریزی نباتاتی و حیوانی زندگی وغیرہ وغیرہ لا انتہا صورتیں ایک ہی پران کی ہیں۔ خاص حالات میں خاص اسباب جیتا ہونے پر پران کی ایک صورت دوسری میں تبدیل کی جا سکتی ہے۔ مثلاً آگ کی حرارت سے بھاپ بنالی۔ قوت برق پیدا کر لی۔ برق سے برقی روشنی بنالی یا بیل وغیرہ چلائی۔ یہاں پران وہی ایک ہے۔ اس کی مقدار میں فرق نہیں آیا ہے۔ ہاں خاص اسباب جیتا کر لینے سے اس کی صورتیں بدلی ہیں اور مختلف کام دینے لگی ہیں۔

ہمارے کرہ ارضی پر جتنا پران کام کر رہا ہے اس کا سرچشمہ آفتاب ہے۔ یہ وہ خزانہ قوت ہے جس سے ہماری دنیا کا تمام کارخانہ چل رہا ہے۔ کسی بڑے پٹرے کے کارخانے میں جا کر دیکھو تو ایک مکان میں بڑا بھاری انجن کھڑا پاؤ گے جس میں پٹرے کی آگ کے وسیلے سے بھاپ بنتی ہے اور وہ ہاں نالیوں میں نکالی جاتی ہے تو انجن کے مختلف پیرزے مختلف طور سے حرکت ہیں اگر چہ پٹرے کی مضبوط پٹیوں اور رسیوں کو کھینچتے ہیں اور ان سے تمام کمروں کی کلیں کھینچ کر مختلف کام کرتی ہیں۔ یہاں جس طرح انجن کا کرہ خزانہ قوت ہے۔ اس طرح آفتاب دنیا کے کارخانے چلانے کا مخزن قوت ہے۔ آفتاب کی روشنی اور حرارت پانی کو بھاپ بنا کر اڑاتی اور مینہ برساتی ہے جمادات کو

اس کی مشق سے لوگ کا ستیاقی بہ طاق بہم پہنچاتا ہے کہ وہاں کرنے کے واسطے کم بازیاوہ دیر تک بیٹھ سکے۔ دونوں میں دسترس بہم پہنچ جائے تو آدمی لوگ کے چوتھے ساوہن یعنی یرانا یا م کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اسی واسطے یوگا یاد تہ بھگوان تیغلی نے یرانا یا م کو نیم اور آسن کے بعد لہا ہے ۛ

پرانا یا م کے معنی ہیں یران کا روکنا۔ یہاں سوال اٹھنا ہے کہ یران کیا چیز ہے۔ جسے روکنے اور بس میں لانے کے واسطے یوگی کو سعی و کوشش عمل میں لانی چاہئے۔ یران کے معنی سمجھنے میں بالعموم بڑی بھاری غلطی ہو رہی ہے۔ بالعموم یہ خیال پھیلا ہوا ہے کہ یران آتے جاتے سانس کو کہتے ہیں۔ اور ان سانسوں کے روکنے کا نام پرانا یا م ہے۔ یہ غلطی اس وجہ سے پھیلی ہے کہ یران کے روکنے کی مشق ابتداء میں سانسوں کے روکنے سے کی جاتی ہے۔ واقع میں یران سانس کو نہیں کہتے۔ بلکہ یران وہ قوت مارجرجی ہے جو سانس کو اندر لے جاتی اور باہر نکالتی ہے ۛ

دنیا میں چاروں طرف نظر ڈالکر دیکھئے تو دو چیزیں دکھائی پڑتی ہیں۔ ایک مادہ دوسری قوت۔ انگریزی میں انہیں میٹر اور انرجی کہتے ہیں۔ اور سنسکرت میں بکرتی اور یران۔ مادہ کیفیت و لطیف حالتوں میں ملتا ہے اور ہر قسم کی صورتیں اختیار کرتا ہوا پایا جاتا ہے۔ یران وہ طاقت ہے جو ساکن مادے کو حرکت میں لا کر اور متحرک کو ساکن بنا کر صورتیں اختیار کراتی ہے۔ تمام چیزوں کی اصل یا ماہیت ذاتی مادہ ہے۔ اس کو حرکت دینے والی اور اسکی صورتیں بدلنے والی قوت یران ہے۔ غرض کائنات و چیزوں سے بل کرنی ہے۔ ایک مادہ ہے دوسری یران۔ جس طرح کل کائنات میں مادہ ایک ہے اسی طرح ایک یران بھی گونا گون صورتوں میں کام کرتا ہے ۛ

نکوہ افکار کا شکار۔ سبب۔ اثر جذبات و توہمات اس کے دل میں گھس گھس جاتے ہیں
مثلاً غوت میں غنڈہ گیند دہری وغیرہ وغیرہ تو وہ وہ عیان حاسے کی توجہ لیت
نہیں رکھتا۔ یہاں ہی زیادہ تر کام نیکیاں ہی دینا ہے۔ یہی اہمیت سی ہے
نہیں۔ یہاں اس شخص کو یہاں دل نہیں دیا جاتا کہ وہ سب ایسے
سواہی اور سواہی کی رکاوٹوں میں مشغول رہے۔ اس کے ساتھ ہی چاہیے۔ اس
بھگوت گیتا کے کچھ شلک نقل کرتا ہوں۔

طلب مدافعی گواہ بنے کہہ وہ کیسے + رو کے سادہ سے ہیں اور یہ ایک
اور اپنی آتش کی مشعل سے لے کر + آسن پر بیٹھ کر یہاں لوگ کرے

مشائخہ ہر دل میں خوف ہاؤنڈ ہے اور ہر تہہ ہر عم غاروں کا کھر
من گور کے رنگ کے دل چھوڑیں ہی + امد عیان میں بیٹھے مجھ پرینا کر

اس طرح سے ہر ایک کے اپنا بول + جس کی ہے آتما سدا مجھ میں لگی
جاتا ہے شائق کو نام کا ہے گوش + جو وہی ہے ذات ہے مجھ میں رہتی

پیران کا بیان

پیران کی ماہیت

یہاں اور نیزہوں کی نزادوں سے ضبط نفس پر قدرت چل جاتی ہے اور

یوگ اس کے لئے نہیں بہت جو کھائے ۔ ایچو یک سے جس کی مانا بڑی ہے
جس کی عادت ہو یا بہت سونے کی ۔ یا جو جائے نرین : اس کی آئے

اشغال مناسب ہو مناسب کھانا ۔ حرکات کا کاموں میں مناسب لانا
بیداری و خواب ہون مناسب نون ۔ دیکھ کر تا ہے دور یوگ یہ لے دانا
جہاں تک ہو سکے ہر کام میں اعتدال برتو۔ مثل مشہور ہے ۔ خیر لا مور باد سا لہا ۔ شکی
کی راہ وسط میں جاتی ہے ۔ یوگی کے لئے ہر بات میں کمی اور زیادتی دونوں سے
بچ کر نیچ کے رستے پر چلنا مناسب ہے ۔ ان سب کی تفصیل شر ہر بیگو ت
گنتا میں دی ہوئی ہے ۔ جہاں باعث طالت ہوگی ۔ ناظرین مہر ہی کتاب
نغمہ رحانی مشق دیکھیں ۔

یہ کچھ جہانی امور تھے جن کا لحاظ رکھا جائے تو دھیان جانے میں
آسانی ہوتی ہے ۔ اب کچھ نفسانی امور لیجئے ۔ دھیان جانا چاہتے ہو نو
تہیں سب سے مقدم گورہ اور شاستر میں شرو دھا ہونی چاہئے ۔ یہ
اسی وقت ممکن ہے کہ جو دھیان با ابھیاس تم نے شروع کیا ہے اس کا
اور اس کے متعلقات کا فلسفہ سمجھتے ہو اور تمہاری طبیعت میں کسی قسم کے
شک و شبہات نہ اٹھتے ہوں ۔ اس کے تفصیل شاستر کی ضرورت ثابت
ہے ۔ جو شخص محض ابھیاس میں اور شاستر سے بے بہرہ میں وہ انجام میں
نہرے بھاڑے کے ٹکڑے ثابت ہو کر رہے ہیں اور ان سے کچھ نہیں
ہو سکا کرتا ۔

ابھیاسی کے نفس کی حالت بھی شانتی کی حالت ہونی چاہئے ۔ اگر
وہ کام کرودھہ لو بھہ موہ وغیرہ کے خیالات میں غرق رہتا ہے ۔ اگر ذہنی

ہو صاف جگہ لگائے اسن وہ جہاں نہ ملنے چلنے کا جہیں مطلق نہ گساں
 نیچا ہو بہت اور نہ اونچا ہو بہت ۔ جو گھاس پر کھال کھال پر کھال پر کھال پر
 اب گھاس یا کھال وغیرہ کی ضرورت نہیں رہی۔ بہت سی قسم کی گدگدائی اور نرم
 چیزیں بکیتی ہیں اور ٹوٹی آئی نہ ٹیٹی کپڑے بہت ارزاں مل سکتے ہیں پس
 بیٹھنے کا اسن ایسا بنا لو کہ اگر زیادہ دیر بیٹھنا پڑے تو تکاں معلوم نہ ہو۔
 جو باتیں اوپر بیان ہوئیں وہ صرف مکان کے متعلق ہیں کچھ جسمانی
 اسباب بھی ایسے ہیں کہ توجہ دینے یا دھیان جانے میں خلل انداز ہوا کرتے
 ہیں۔ انہیں بھی دھیان میں رکھو۔

۱۔ جسم بیاریا کزور یا تھکا ماندہ ہوگا تو زیادہ دیر تک بیٹھنا اور دھیان
 دینا ناممکن محض ہے۔ اس واسطے کمزوری و بیاری کا خیال رکھنا چاہئے
 اور ایسے مسائل استعمال کرنے چاہئیں جن سے صحت بنی رہے۔ ہوا وسط
 اچھی سی کو برہم حریر کا پالٹن بنا یا گیا ہے۔

۲۔ بہت دیر تک بیٹھا رہنا تکاں پیدا کرتا ہے۔ اس واسطے ابتدا ہی
 حالت میں زیادہ نہ بیٹھو۔ بتدریج جتنی مشق پڑھتی جائے۔ نشست کو بڑھاتا
 جاؤ۔

۳۔ کھانے پینے کا خیال رکھو۔ یوگی کا کھانا پینا ٹلا ہونا چاہئے۔ بھوکا
 رہیگا تو توجہ نہیں دے سکیگا۔ زیادہ کھائیگا تو گرانی یا آکس اور نبتہ
 ستھائیگی اور وہ دھیان نہیں جاسکیگا۔

۴۔ خواب اور بیداری۔ کام اور بیکاری۔ ورزش اور آرام سب میں اعتدال
 برتنا چاہئے۔ افراط و تفریط دونوں سے بچو۔ اور تم دیکھو گے کہ راستہ صاف ہے
 ان کے متعلق بھی بھگوان کرشن گیتا میں فرماتے ہیں۔

یا دھرم سالہ میں جا بیٹھا کرتے ہیں۔ اگر گھر میں ہی بیٹھنا ہو تو وہ کوٹھیا یا کمرہ ابھاس کے لئے چن جو جہاں خلل اندازی کا خوف سب سے کم ہے۔

۴۔ مقام دھوکیں بدبو دھوب مینہ اور ہوا سے محفوظ ہو۔ ورنہ دھیان ان چیزوں کی طرف رہیگا اور اسٹ کی طرف سے ٹپنگا۔ جہاں دھوکاں یا بدبو و ملغ کو پریشان کرتی ہے۔ دھوب بدن پر پڑ کر کاہلی اور نیند لاتی ہے۔ سر ہو یا مینہ کی بوندیں دق کرتی ہیں۔ وہاں دھیان نہیں جایا جاسکتا ہے۔ ۵۔ مقام تاریکی جس بل اور تنگی سے پاک ہو۔ تنگ و تاریک مکان جن میں سیل ہے اور روشنی ہو ا کا دخل نہیں۔ دھیان میں سخت خلل انداز ہو کرتے ہیں۔ پس کھلا ہوا مکان دیکھو جس میں روشنی اور ہوا آئے۔ اور بیٹھ کر دل خوش ہو تاکہ دھیان جم سکے اور پیاریوں سے محفوظ رہو۔ ۶۔ مقام صاف ستھرا ہو تاکہ وہاں کشادگی دل اور فرخندگی طبع کے ساتھ بیٹھ کر دھیان دے سکے۔

۷۔ مقام ساز و سامان سے خالی ہو ورنہ اُن پر دھیان جائیگا اور توجہ بر طرف ہوگی۔ اس مقام میں صرف وہی سامان ہونا چاہئے جس کی نہیں ضرورت ہے۔ اور فضول سامان آرائش جمع نہ ہو۔

۸۔ مقام میں نشست کی جگہ فرش ایسا ہونا چاہئے کہ اس پر بیٹھنے سے ٹکانا یا تکلیف محسوس نہ ہو بلکہ مزے سے بیٹھ کر دھیان جاسکے۔ اس کی نسبت بھگوان کرشن گیتا میں کہتے ہیں :-

یوگی کو یہ لازم ہے کرے دھیان کچ نہ ہنسانی میں اکیلا بیٹھا
نفس سرکش کو ہر طرح سے روکے جہ سامان بھی نہ ہوا ورنہ خواہش عملا

پہلی فصل آسن کے متعلقات

بھگوان پتھلی نے اپنے درشن میں آسن کے متعلقات کا ذکر نہیں کیا ہے۔ بھگوان کرشن نے گیتا میں کچھ متعلقات دئے ہیں مگر وہ بھی مفصل و شرح نہیں ہیں۔ صرف اشارے ہیں۔ آج کل تفصیل زیادہ درکار ہے۔ کیا وجہ کہ لوگوں کو نہ توجہ پرانے شاستروں کی واقعیت ہے نہ نئے علم حفظان صحت و علم التعلیم پر ہمارے اہل ملک نے زیادہ توجہ دی ہے۔ اس واسطے مناسب معلوم ہوتا ہے کہ میں کچھ اصولوں کی تشریح یہاں اور کردوں جو دھیان میں بیٹھنے والوں کے واسطے مفید مطلب ہیں +

یوگ کے معنی ہیں سب طرف سے توجہ ہٹا کر ایک سمت جانی پس ہیں وہ اسباب تو لینے چاہئیں جو توجہ کے جانے میں کار آمد ہیں اور وہ چھوڑ دینے چاہئیں جن سے توجہ ہٹا کرتی ہے۔ ظاہر ہے کہ اسباب بعض بیرونی ہونگے اور بعض اندرونی۔ بیرونی وہ ہیں جن کا تعلق جسم سے باہر کی چیزوں کے ساتھ ہے۔ اندرونی وہ ہیں جن کا تعلق خود میں بانفس ہے۔ بیرونی اسباب میں سب سے پہلا نمبر مقام کا ہے جس جگہ بیٹھ کر دھیان کرنے کے لئے آسن جایا جائے۔ اس کے متعلق یہ یا نہیں ذہن میں رکھو۔

۱۔ یہ مقام ایکانت کا ہو۔ ورنہ شور و غل اور ہل چل سے دھیان بر طرف ہوگا۔ پرانے رشی بھی اسی واسطے آبادیوں کا اعلیٰ غیارہ چھوڑ کر بنوں اور پہاڑوں میں جا کر رہا کرتے تھے۔ اب بھی جو دھیان کرنا چاہتے ہیں ایکانت کے مکان مندر

ناپید یہ ہے کہ ریڑھ کی ہڈی تنی رہیگی تو ران کی دھار اس میں نہروک اور سلسل طور پر جاری رہیگی۔ جھک کر بیٹھنے میں گہرے ہو جانے کا بھی خطرہ ہے اور پھیپڑے سکڑنے سے سانس کی بیماریاں ہو جانے کا بھی خطرہ ہے۔ مدرسوں میں لڑکے بچوں پر پیٹھ کراٹ کر نرسی لکھا کرتے ہیں تو لایق استاد ہمیشہ دھیان رکھتے ہیں کہ وہ پیٹھ نہ جھکائیں بلکہ تنے ہوئے بیٹھ کر لکھا کریں۔ اس میں بھی یہی اصول مد نظر ہے جو ادیر بیان ہوا۔

شہری کرشن بھگوان گیتا میں بھی یہی تعلیم دیتے ہیں کہ یکساں کھے جسم و سرو گردن کوتنا چہ ایسا کہ لمبیں جھلس نہیں وہ صلا اگلے حصے کو ناک کا بانی کھے نہ جائے نظر اس کی اور جانب ذرا

یو چاروں آسن اور بیان ہوئے ان میں بھی ہٹ یوگ یہ دیکھا کر نتھ میں ناک کے اگلے حصے دیکھنے ہی کی ہدایت کی گئی ہے۔ ایسا کرنے سے آسن کی طرف سے دھبان ہٹ کر اس چیز کی طرف لگتا ہے جس کی دھیان کرنا منظور و مقصود ہے۔ آسن کی کوئی قسم اختیار کرو۔ تمہیں اختیار کی ہے کوئی شخص مجبور نہیں ہے کہ خاص آسن اختیار کرے۔ بلکہ ہر شخص کے لئے سب سے اچھا آسن وہ ہے جہیں وہ زیادہ دیر تک آسانی کے ساتھ بیٹھ سکے اور نہ تو بے آرامی سے اس کا دھیان بٹے نہ کسی عضو کے سکڑنے سے کوئی خاص یا ایسی جسم میں عمل و دخل کرنے پائے۔ یہی وجہ ہے کہ بھگوان پتھلی نے اپنے درشن میں کوئی خاص آسن بتایا ہے۔ نہ بھگوان کرشن نے شربید بھگوت گیتا میں چہ

گوگھ کے معنی ہیں گائے کا سامنہ۔ گورم آسن کے معنی ہیں کچھوگی سی
نشست۔ میور آسن کے معنی ہیں مور کی اسی نشست۔ شوا آسن کے معنی
مزدے کی طرح پڑا رہنا وغیرہ وغیرہ۔ ہاں ہٹ لوگ کی کتابوں میں
چا آسن بہت معروف ہیں۔ سندھ آسن۔ بدھ آسن۔ سنگھ آسن اور بھد آسن
ان کا طریق مندرجہ ذیل ہے۔ انہیں سمجھ لو۔ اکثر اچھیا میں انہیں میں سے
کسی ایک کو اختیار کیا کرتے ہیں۔

سندھ آسن میں بائیں پاؤں کی ایڑی گدا اور لنگ کے درمیان بیٹھ کر
دبا کر رکھی جاتی ہے اور داسنے پاؤں کی ایڑی سے لنگ کو دبا جاتا ہے۔
یاد میں ایڑی لنگ پر رکھی جاتی ہے اور بائیں دائیں کے اوپر
پداسن میں داسنا پاؤں بائیں ران پر رکھا جاتا ہے اور نایاں پاؤں
دائیں ران پر۔ اور ہیلیاں ایک دوسرے پر رکھ کر بیچ میں رکھی جاتی ہیں
اور پیٹھا جاتا ہے۔

سنگھ آسن میں گدا اور فوطوں کی درمیان جو جگہ ہے اسکی دائیں جانب
بائیں پاؤں کا بیرونی گٹا اور بائیں جانب داسنے پاؤں کا بیرونی گٹا
رکھا جاتا ہے اور ہیلیاں انگلیاں پھیلا کر گھٹنوں پر رکھی جاتی ہیں
بھد آسن میں سیون کی دائیں جانب داسنا گٹا اور بائیں جانب بار
گٹا رکھ کر اور بازوؤں کے چکر سے رانوں کو دبا کر بیٹھا جاتا ہے۔

ان چاروں آسنوں کا ذکر لوگ کی کتابوں اور یوگوں میں اکثر دیکھا
جاتا ہے۔ کہتے ہیں کہ اور آسنوں کی نسبت ان میں زیادہ آرام ملتا ہے
اور دھیان جانے میں آسانی ہوتی ہے۔ آسن کا بڑا بیماری اصول یہ ہے
کہ بیٹھ یا گرہن خٹکنے نہ یاٹے۔ بلکہ سرو گردن اور دھڑ سارہٹ۔ اس میں

میلوں پر کھیل تماشے والے بھی آیا کرتے ہیں۔ چنانچہ اس روز ایک شخص سمجھوتہ
 رمانے ایک گھاٹ میں بیٹھا تھا۔ اور آسن کے ساتھ کئی دس دس ہندروہ
 ہندروہ سال کی عمر کے لڑکے تھے۔ تماشا بیوں کا ایک جم غفیر یہاں جمع تھا
 ہر سادھو اور اس کے چیلے لوگ کے مختلف آسن لوگوں کو دکھاتے تھے اور
 اس کے صلے میں تماشا بی بیسہ دو پیسے ایک بچھی ہوئی چادر پر ڈال جاتے تھے۔
 میں بھی بہت دیر تک کھڑا ہوا تھا۔ دیکھتا رہا جس طرح سرکس کے
 خیمے یا سکول اور کالجوں کے احاطوں میں تم نے لوگوں کو جینیٹکس کی تے
 دیکھا ہوگا۔ بعینہ وہی معاملہ تھا۔ مگر وہاں ہنرور پیرنٹل بار تھے۔ نہ پیرنٹل بار تھے۔
 نہ ان پر کھڑے ہو کر یا چکر لگا کر کھیل ہو رہے تھے۔ لڑکے بیٹھے بیٹھے طرز ہائے
 نشست بدلتے تھے اور گوروجی ہر آواز بلند کہتے جاتے تھے یہ سنگھ آسن
 ہے۔ یہ گوٹکھ آسن ہے۔ یہ کورٹم آسن ہے۔ یہ میوڑ آسن ہے۔ یہ گرگر
 آسن ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔ ان میں سے بعض ایسی وقت طلب طرز ہائے
 نشست تھیں کہ مشاق جینیٹک ماسٹر ہی انہیں ادا کر سکے تو کر سکے۔ اور لوگ
 ہرگز نہیں کر سکتے۔ اور اگر بچپن سے ہی ان کی مشق نہ کی جائے تو
 ناممکن ہے کہ جسم کو کوئی اس طرح موڑ توڑ سکے جس طرح جینیٹکس کی
 مختلف ورزشیں خاص ہائے جسم کی نمو کی غرض سے کی جاتی ہیں۔
 اس طرح ان بوگگ جینیٹکس ورزشوں کا حال ہے۔ ان سے خاص
 حصہ ہائے جسم نمو پا سکتے ہیں یا خاص بیماریوں کا اندفاع یا علاج ہو سکتا
 ہے۔ مگر لوگ یعنی دھیان جانے میں یہ ورزشیں کچھ کام نہیں دیتیں۔
 اسی واسطے میں یہاں ان آسنوں کی تشبیح بھی نہیں کیا جا رہا۔
 ان میں سے اکثر ایسے ہیں جو جانوروں کی طرز نشست کی نقلیں ہیں۔

اور کہاں بیٹھا ہوا ہوں ؟
 اوپر کی تمام بحث کا ماحصل یہ ہے۔ کہ ہم اور نیچوں پر عمل کرنے سے من ہیں
 جب شائشی رونما ہونے لگے تو دھیان سکے لایق آدمی ہو گیا۔ اب اُسے
 آسن میں ہلکی ہلکی کوشش کرنی چاہئے اور طرز نشست وہ اختیار کرنی چاہئے
 جس میں آرام و اطمینان کے ساتھ بیٹھا ہو اور دھیان کر سکے اور اُسے جسمانی
 بے آرامی محسوس نہ ہو ۔

دوسری فصل آسن کی قسمیں

ہٹ یوگ کی کتابوں میں آسنوں کی چوراسی قسمیں بتائی جاتی ہیں لیکن حقیقت
 یہ ہے کہ چوراسی لاکھ کہو تو بھی تھوڑی ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ جو آدمی جس طرز
 نشست پر بیٹھتا ہے وہی ایک آسن ہے۔ اس طرح آسن لاتعداد پھیرتے
 ہیں۔ ہندوستان کے آدمی ازل سے فلسفیانہ مزاج کے ہیں جس طرح
 توجہ کرتے ہیں۔ ترکیب و تحلیل کو اس طرح کام میں لاتے ہیں کہ چھوٹی موٹی
 باتوں کو بھی سائنس کے درجے پر پہنچا دیتے ہیں۔ یہی حال آسنوں کے
 بارے میں بھی ہوا ہے کہ معمولی طرز ہمارے نشست کو کیا ہے اور ان کی
 قسمیں بنا بنا کر ایک سائنس پیدا کر لیا ہے ۔

کچھ عرصہ ہوا کہ میں دہلی میں ایک روز جنا اسنان کرنے گیا تھا گنگا
 کی طرح جنا بھی تیرتھ شمار ہوتی ہے اور یہاں اکٹھے ہو کر رستے میں جیتیں
 باہر سے بھی بہت خلقت آتی ہے اور شہر والے بھی جوق جوق جاتے ہیں۔

میٹھ سکے اور اُسے ہر قسم کی صرف تکلیف سے صرف رہائی ہی نہ ہو بلکہ اس طرح کا
 نقصان آئے کہ یہ بھی نہ معادوم ہو وقت کتنا گزر چکا۔ یہی آسن کی خوبی ہے۔ اگر کوئی
 آدمی کی طرح تھوڑی تھوڑی دیر بعد طرز نشین بدلنی پڑتی تو دھیان ہو چکا۔
 آسانی کے ساتھ دیر تک بیٹھے رہنے ہی پر دھیان جانے کا دار و مدار ہے۔
 اس بیٹھے رہنے کا کمال یہ ہے کہ جتنی دیر آدمی بیٹھا ہے۔ اُسے جسم کا
 خیال تک بھی نہ آنے پائے۔

اس کی تجویز کیا؟ سنو۔ آسن میں ہلکی ہلکی کوشش اور انت کے دھیان
 قیام اور سکھ ملتا ہے۔ آسن کے سحر یا قائم کرنے میں ہلکی ہلکی کوشش عمل میں لانی جائے۔
 زور نہ لگایا۔ پُر زور وسائل استعمال کئے۔ اور گھبراہٹ سے کام لیا تو اول نو تکلیف ہوگی
 دوسرے دھیان آسن کی طرف رہیگا۔ جس سے یہ جایا جلتے ہو۔ اُس پر نہیں
 جیگا۔ اس واسطے آسن سیدھا کرنے کے واسطے ہلکی ہلکی کوشش عمل میں لانا۔ تیزی
 جلد بازی اور گھبراہٹ کو من میں دخل نہ دو۔ اس طرح بیٹھو تو ایسے دھیان کو آسن
 کی طرف سے ہٹا لو اور انت یعنی شے غیر محدود پر جاؤ۔ مثلاً اکامل۔ بہت
 ایغور و غبرہ یہ۔ اب چونکہ دھیان آسن میں نہ ہو گا تو مزے سے جتنی دیر جا ہو بیٹھے
 رہو گے اور اپنے دھیان میں متخرق رہو گے۔

آسن سحر ہو جاتا ہے تواضاد کے جوڑے اتھیا سی کو ذوق نہیں کرتے۔
 یہ تواضاد کے جوڑے گرمی سردی۔ دکھ سکھ۔ تکلیف و راحت وغیرہ متضاد
 چیزیں ہیں۔ جو معمولی حالت میں عمر بھر آدمی کو اپنا شکار بنائے رکھتے ہیں اور
 جس سے دل کر ہی نہ ندگی بنتی ہے۔ آسن کے سحر ہونے کا پھل یہ ہے کہ
 یہ جوڑے محسوس نہیں ہوتے۔ آدمی استقلال اور سکھ کے ساتھ بیٹھا رہتا ہے
 اور جب تک ہٹھا رہتا ہے اُسے یہ محسوس معلوم بھی نہیں ہوتا کہ میں کتنی دیر

اتنی ہی زیادہ دیر وہ بیٹھیکا۔ پس اگر طرزِ نشست یا آسن ایسا ہے کہ اس میں آرام و آسانی نہیں ہے تو اُسے بار بار پہلو بدلنا پڑیگا۔ دھیان کی چیز پر دھیان نہیں جمیکا بلکہ جانی بے آرامی کی طرف جائیگا۔ یہاں بیٹھنے کی جو غرض تھی وہ سیدھ نہیں ہوئی بلکہ خود آسن ہی ایک رکاوٹ ہو گیا جو ابھياس میں خلل اندازی کرنے لگا۔ اس واسطے بیٹھ کر ابھياس کرنے سے پیشتر ابھياسی کو لازم ہے کہ آسن وہ اختیار کرے جس میں اُسے آسانی اور آرام ہے۔ اور کم یا زیادہ جتنے عرصے بیٹھا پڑے اطمینان سے بیٹھا دھیان میں مصروف رہے۔ کسی طرح کی بے اطمینانی نہ ستانے پائے۔

آسن کی ایک تو غرض یہ آسانی اور آرام ہے۔ دوسری اور بتائی جاتی ہے۔ وہ یہ ہے کہ مختلف قسم کے آسنوں میں چونکہ بعض حصہ ہائے جسم بنے رہتے ہیں اور بعض سکڑتے ہیں اس واسطے پران کی دھات یعنی نزدں کرنٹ خاص طور پر بہنے پاتا ہے۔ جو جھٹے بننے ہوئے ہیں اُن میں بہاؤ بے روک اور سل ہوگا۔ جو سکڑے ہوئے ہیں اُن میں رُک رُک کر اور غیر مسلسل طور پر ہوگا۔ تندرستی اور بیماری جسم کا انحصار اس پران کی رو پر ہے۔ پس مختلف آسن اختیار کرنے سے خاص امراض جسم کو افاقہ بھی ہو سکتا ہے اور ہٹ یوگی انہیں اسی غرض سے استعمال بھی کرتے ہیں۔ یہ آسن کی دوسری غرض ہے۔

راج یوگ میں جس کی تعلیم بھگوان پنجابی دیتے ہیں آسن پہلی ہی غرض کو مد نظر رکھ کر بتایا گیا ہے۔ پہلے واسطے پنجابی درشن میں کسی خاص آسن کو اور آسنوں پر ترجیح نہیں دی گئی ہے۔ بلکہ سوئکار صرف یہ کہتے ہیں کہ آسن وہ اچھا ہے جس میں آدمی قیام رکھ سکے اور اُسے شکہ نہ ملے۔ مطلب یہ ہے کہ ہر شخص واسطے سب سے بہتر طرزِ نشست وہی ہے جس میں وہ زیادہ دیر تک

سب سے مقدم میوں اور نیموں کو اپنا دستور العمل بنا کر شانتی بہم پہنچاؤ۔
 بہ مرحلہ اولیہ طے ہو گیا تو پھر بیٹھ کر دھیان یا ابھیاس ہو سکیگا۔ اسی
 بیٹھنے یا طرز نشست کا اصطلاحی نام آسن ہے جو اشتانگ یوگ کا تیسرا
 انگ با حصہ ہے۔ طرز نشست مختلف قوموں اور مختلف ملکوں میں مختلف ہوتی
 ہے۔ ہندوستان میں ہندو شرن اور متہروں کے رہنے والے زیادہ تر لختی
 پالٹی مار کر بیٹھنا پسند کرتے ہیں۔ دیہات میں لگ لگ کر لوں بیٹھتے ہیں۔ نارس
 یا ایران کے لوگوں میں دوزانو بیٹھنے کا رواج ہے۔ اہل یورپ کرسیوں
 اور بنچوں پر بیٹھنے کے عادی ہیں۔ غرض جہاں جاؤ اور جہر دیکھو آدمی مختلف
 قسموں کی نشنتوں کے خوگر ہیں۔

سالہا سال کی شقی سے ہر ایک کو اپنی نشست میں آسانی محسوس ہونے
 لگتی ہے اور آرام ملتا ہے۔ دوسرا آدمی اپنی طرز نشست چھوڑ کر اوروں کی
 طرز نشست اختیار کر لیا تو اسے بے آرامی محسوس ہوگی اور دھیان پر پھر کر
 طرز نشست یا آسن کی طرف جائیگا۔ جس چیز پر لگنا چاہتا ہے اس پر نہیں
 لگ سکیگا۔ تم نے اکثر دیکھا ہو گا کہ کوئی شخص تمہارے پاس آکر موڈ بیٹھا ہے
 یا نہیں کرتا جانتا ہے اور کبھی ادھر پہلو بدلتا ہے کبھی اُدھر۔ اس کے یہ معنی
 ہیں کہ وہ اس طرز نشست کا خوگر نہیں ہے اور بے آرامی محسوس کر رہا
 ہے۔ آرام اسی آسن یا طرز نشست میں ملا کرتا ہے جس کی بیٹھنے بیٹھتے عادت
 ہو گئی ہے۔

اب ناظرین آسن کی اہمیت یوگ میں آسانی کے ساتھ سمجھ سکتے ہیں۔
 یوگ کے ابھیاسی کو خاص ابھیاس کرنے یا دھیان جانے کی غرض سے
 مٹھنا یا کرنا ہے۔ کچھ منٹ کچھ گھنٹے یا کچھ پہر۔ جیسا جس کا ابھیاس ہو گا

باب پنجم

آسن کا بیان

پہلی فصل آسن کی غرض

یہیوں اور نیموں کا بیان ختم ہوا۔ میں نے ان کے مضامین کو طول اس واسطے دیا ہے اور ان پر غلط فہمی کرنے کے واسطے علی تجاویز اس غرض سے بتائی ہیں کہ جن فضائل اخلاق پر چلنے اور جن ردائل سے بچنے کی تعلیم ان میں دی گئی ہے۔ وہ نہایت ہی اعلیٰ درجے کے ہیں۔ جو شخص ان کو اپنی زندگی کا دستور العمل بنائیں گے وہ کچھ عرصے کی مزا و لذت کے بعد اپنے آپ کو پہلے سے بہتر پائیں گے۔ جاوہ اخلاق پر چلنا ہر شخص کی سمجھ میں بھی آتا ہے۔ عمل درآمد سے ہر شخص اپنی ذات میں بہتری بھی محسوس کرتا ہے۔ اشارتی دور ہوتی اور شانخی رونما ہوتی صاف صاف نظر آتی ہے۔ یہی حالت نفس بہیم پہنچی لوگ کی قابلیت بہیم پہنچی ہے۔ جس کا من اشارت رہتا ہے وہ لوگ نہیں کر سکتا۔ جس کے من میں شانخی رونما ہونے لگے یوں سمجھو کہ وہ لوگ کرنے کے قابل ہو گیا۔ ہمسواستے

کام لو۔ بلکہ ہوئے ہوئے سفر و۔ اور منتقل مزاجی سے کام کئے جاؤ اور تم روئے
کام سبانی دیکھو گے بد۔

سید صبا یوگ اجتہاس کے قدرتی نتیجہ ہیں جو یوگی چاہے یا نہ چاہے
وقت پر اسی طرح ضرور بالضرور ظہور کیڑتی ہیں جس طرح فصل کے موثر پر پونے
بھل دبتے ہیں۔ ناواقف اجتہاسی ان غیر معمولی شکستوں کے حامل ہونے پر
ان میں محو ہو جاتے ہیں اور اگلی ترفیوں سے محروم رہ جاتے ہیں۔ دراز
اجتہاسی ان میں پھنستے نہیں بلکہ الٹی رکاوٹیں خیال کر کے ان کی طرف
دھیان نہیں دیتے۔ صرف کام سے کام رکھتے ہیں جو اپنے سر و لب کو
ہر چان کر یا یا حال سے چھٹا ہے۔ اسے کیونکہ پد یا موش کہتے ہیں بد
ادیر کی بحث کا حاصل یہ ہے کہ سید صبا یوگ اور شکستیاں اجتہاس کے کال ہونے پر
یوگی کو یوگ کے ہر حلے میں رونا ہوا کرتی ہیں۔ بہ کوئی عجیب و غریب چیزیں
نہیں ہیں۔ بلکہ محض قدرتی امور ہیں۔ جو شخص انہیں خلاصہ قوائیں
قدرت بتاتے ہیں وہ بڑی بھاری غلطی کر رہے ہیں۔ کیونکہ قوائیں قدرت کا
سلسلہ لا متناہی ہے اور کوئی فرد سفر و عوے سے یہ بات نہیں
کہہ سکتا ہے کہ میں تمام قوائیں قدرت کو جانتا ہوں اور یوگ
کی سید صبا یوگ ان سب کے احاطے سے باہر ہیں۔ میں ماننا ہوتا ہے کہ
جو نامیں ہمارے تجربہ یا عقل میں آج نہیں آئیں کل تجربہ و عقل کی ترقی کے ساتھ
مکن ہے کہ وہ محض قدرتی امور ثابت ہوں۔ یہ تو عقلی پہلوئے نگاہ ہے۔
نقل یا سند قوال کو لیا جائے تو لوگوں کے جسم و پیر واقعات بہتر سے ملے
ہیں جن سے یوگ کی سید صبا یوگ باہر ثبوت کو پہنچتی ہیں۔ اس ثبوت پر
بھی ذل شبہ تو سب سے بہتر طریق یہ ہے کہ آدمی خود اجتہاس کرے

عجائبات کا قائل آج کل کا دہریہ سائنس بھی ہے۔ اسی یریلوگ کی اور سید کو
قیاس کر لو۔

یوگ کی سیدھیوں کا امکان اس بات سے بھی ثابت ہے کہ قدرت کے
ممکنات کا دائرہ بہت وسیع ہے۔ اس لئے سب کچھ ہو سکتا ہے اور سند
قول قدما و آخر لئے بھی ہیں اسی نتیجے پر پہنچاتی ہے۔ ایک فہم کا ثبوت جس پر
آجکل کے سائنس دان اور فلسفی مفتوں ہیں۔ یہ ہے کہ ہم بھی خود اپنے تجربے اور
مشاہدے میں ان سیدھیوں کو لا سکتے ہیں یا نہیں۔ مبرا جواب ہے کہ
خود تھرہ کرو اور خود آزمائے کر دیکھ لو۔ تم معمولی علم طبیعی کے پڑھنے میں برسوں
صرف کرتے ہو آسہ وقت کہیں جا کر کچھ استعداد بہم پہنچتی ہے۔ یوگ کی سیدھیوں کا
تجربہ کرنا چاہتے ہو تو یہاں بھی اسی محنت اور نند ہی سے کام لو اور تم پر
تمام مہلات کھلتے چلے جائیں گے۔ معمولی شاخہ علم کی تحصیل میں تو
برسوں کی محنت مشاقت اٹھا کر تھوڑی سی استعداد بہم پہنچاؤ اور یوگ کی سیدھیوں کا
یہ چاہو کہ باتوں باتوں میں حال ہو جاؤ۔ بھلا کیونکر ممکن ہو سکتا ہے۔

جو سیدھیوں اور شکنیاں اوپر بیاں ہوئیں۔ یا جو آئندہ اس کتاب میں
مذکور ہوئیں دونوں اس وقت ظہور میں آبا کرتی ہیں جب ابھی اسی کا اتھیاس
درجہ ابتدائی سے ترقی کر کے انتہائی طرف راجع ہو کر تا ہے۔ ادھی کچھ
اتھیاس سے سیدھیوں اور شکنیاں نصیب نہیں ہوا کرتیں۔ ادھی بھڑا
سا اتھیاس کر کے چاہا کرتا ہے کہ مجھے سیدھی حال ہو جائے۔ مگر چونکہ
اس کا ظہور نہیں ہوتا۔ یوگ میں شروع ہوا جاتی رہتی ہے اور وہ نہ ادھر کا
رہتا ہے نہ ادھر کا۔ دھوبی کے کتے کا سا حال ہوتا ہے کہ گھر کا ہے نہ
گھاٹ کا۔ یس اگر سیدھی چاہتے ہو تو نہ تو گھر آؤ۔ نہ جلد بازی سے

وجہ یہ ہے کہ الیشور خاص کسی خاص دلوں کے نام کا چپ کہا جاتا ہے۔ اس کے متعلق روزمرہ ماقا عدہ اور برسر آجاریا کئے جاتے ہیں۔ یا نیم کر کے وقت مقررہ یہ خاص کتاب پڑھی جاتی ہے۔ تو صدی عینیت اور کثرت مزا و لذت سے بیچ رہتا ہے کہ طبعیت کے تعلق اور ہمہ بجا و نام سے اس خاص دلوں کے دروس ہونے ہیں بالیشور کے یہ حق ہونے کا البو بھی ہوتا ہے۔ دونوں صورتوں میں آدمی اپنی روحانی حالت کو پہلی حالت سے بہتر یا ناسے اور الیشور بالوونا کے درشنوں کے بعد نرقی کے مرحلوں پر آسانی کے ساتھ چڑھنا چلا جاتا ہے۔

۵۔ الیشور پر درہان۔ یعنی الیشور کی رضا پر راضی رہنے سے سادھی کی حالت بہم پہنچتی ہے۔ اس میں یہ برسر خفی ہے کہ سادھی کی بڑی روک بند علانی یا راک ہے۔ اسی کے باعث سے چت میں دہندہ تازہ برتیاں اٹھتی اور آدمی کو یہ نشان کرتی رہتی ہیں۔ یہ دہنوی فکر و افکار کے خیالات ہیں۔ ان سے مخلصی پانے کی سیدھی ترکیب ہے کہ آدمی ہر کام کا ہونا بند پر چھوڑے اور اپنے آپ کو ہمہ تن اس کی رضا کا تابع کر دے اس طرح جت شانت رہنے لگیگا اور انجام میں سادھی کی حالت بہم پہنچ جائیگی۔ ہم اور نموں کے متعلق جو سیدھیاں ہیں وہ اوپر بیان ہوئیں اور سادھ کے ساتھ ان وجوہات کی بھی تشریح کی گئی جن سے یہ سیدھیاں ظہور میں آتی ہیں۔ ان میں بعض تو ایسی صریحی اور بدیہی ہیں کہ سنتے ہی جھٹ سمجھ میں آسکتی ہیں۔ مثلاً جو شخص اپنسا یا الیشور پر درہان کا اتھاس کرتے ہیں۔ ان کے نزدیک سب خیال دشمنی و عداوت چھوڑتے ہیں اور وہ مشانتی حاصل کر کے سادھی کا درجہ بہم پہنچاتے ہیں۔ مگر بعض اس طرح

نہیں جائیگی۔ لہذا ان کا رخ اندرونی ہوگا۔ اس طرح آتم درشن کی قابلیت بہم پہنچتی ہے۔ اس پر سادیا صفاے قلب کی حالت کو آتم درشن کا وسیلہ بھگوان کرشن بھی شریک بھگوت گینا میں بتاتے ہیں :

پاتسہ ہی صفاے قلب ہے دستور : سب دکھ اور درد ہوتا ہے دل کے

دل جب کا ہو گیا مصفاۃ شخص : ہو جاتا ہے جلد نایم العقل مزورہ

۴۔ منتوش یا قناعت سے وہ سکھ نصب ہوتا ہے جس سے بڑھ کر

اور سکھ نہیں ہے۔ اس میں اصول یہ مضمر ہے کہ فکر رنج الم وغیرہ سب بے

قناعتی اور بے صبری کے بنتے ہیں۔ سکھ صرف قانع آدمی کو نصب ہوتا ہے۔

امیر وہ نہیں ہے جس کے کوٹھے زر و مال سے بھرے ہوئے ہیں۔ مگر جذب منافع

کی ہوس ہے کہ اس حالت میں بھی یرینان رکھتی ہے۔ بلکہ امیر وہ ہے جو

دل کا امیر ہے۔ سو کھٹے ٹکڑے جاتا ہے مگر صابر و قانع ہے۔ یس سب سے

بڑھ کر سکھ چاہو تو قناعت مانتوش کا احساس کر کر کے اپنے اپنی طبیعت بناؤ

نعم۔ تب پارہائیت سے نایا کی دور ہوتی ہے اور جسم اور اندریوں کی مبدھیا

بہم پہنچتی ہیں۔ غیب کا بڑا بھاری فائدہ یہ ہے کہ جسم کا بھی مل یا نایا کی دور کرتی

ہے اور اندریوں میں بدھی وغیرہ کا بھی۔ دونوں کے لئے تب انسان کا حکم

رکھتی ہے جسے کر کے شدھی یا صفائی رونما ہوا کرتی ہے۔ جسم پر سے میل

کی روک دور ہو گئی تو ایسا مہا سیدھا صاف ظہورِ نیر ہوئی یعنی حسب مرضی

جسم کا چھوٹا یا بڑا بنا لینا۔ اور اندریوں پر سے میل کی روک جاتی رہی تو اندریوں

منطق سیدھیاں پیدا ہوئی۔ مثلاً گوشوں سے آواز کا سن لینا یا ناستوں کا

دیکھ لینا وغیرہ وغیرہ :

۵۔ سو اوجھیا سے باطل ہے سے اشت دیو کے ساتھ ملاپ ہوتا ہے۔

مادی چیزوں کو بھی یومی سامان دنیا ہی کی نظر سے دیکھتا ہے۔ اور خود ان کا مالک یا ساکشی رہتا ہے۔ اس طرح تہرگ سے جب جسم و جہانات پر قدرت چل ہو گئی تو نظر باطنی بہم پہنچتی ہے۔ اور جیسے اس جنم میں لوگی اپنے جسم امدادیوں سن اور بدھی وغیرہ کو اپنے سے الگ پرنیکش کرنا ہے۔ وائسا ہی اور تسلسل خیالات کے ذریعے سے پہلے جنموں کے جسم اندرونی وغیرہ کا پرنیکش کر سکتا ہے۔

اور جو سیدھا باں اور شکنتاں مع وجوہات باں ہوئیں وہ میوں کے متعلق تھیں۔ اب پانچ نیموں کو لے اور دیکھنا شروع کیے کہ جگہاں پانچنی ان کے متعلق کاسیدھا باں اور شکنتاں نکالتے ہیں۔

۱۔ شجر یا صفا کے متعلق دہری سیدھا باں حال ہوتی ہیں۔ صفا سے جسم رکھنے سے اپنے جسم میں بھی بہرگ ہو جاتا ہے اور یوگی اور لوگوں کے جسم سے بھی اتصال پسند نہیں کرتا۔ وجہ یہ ہے کہ جسم پر توجہ دینے اور اسکا خیال رکھنے سے اس گرو کے گھڑے کا حال سکشف ہو جاتا ہے اور معمولی دنیوی آدمیوں کی طرح یوگی کو اس میں وہم خودی نہیں رہنا جو روحانی ترقی کی بڑی بھاری روک ہے۔ صفا سے قلب رکھنے سے سندھ ستو۔ فرخندگی طبع ضبط حاصل اور آتم درشن کی قابلیت بہم پہنچتی ہے۔ وجہ صاف ہے۔ جت یا اسہہ کرین ستوگن کا کار یہ ہے۔ اور ستوگن کے خواص یرکاش اور آندہ ہیں۔ صفا سے قلب کی مزا دل رکھنے سے انتہہ کرن کا بسل اور کثافت دور ہوتی ہے۔ یعنی بوج اور تم دب جاتے ہیں اور صفا اور سندھ ہو کر دونوں پر غلبہ پاتا ہے۔ اس سے فرخندگی طبع بہم پہنچتی ہے جو ہر سادگی کی حالت ہے۔ بہت برسن۔ ہے لکھنا اور ندر باں نور و نور کریشیوں کی طرف

طاقتوں کے ہاتھ میں ہے۔ یوٹی سسٹم یا لن کی برکت سے اس دائرہ محدود سے باہر آتا ہے۔ اور جو کچھ چاہتا ہے اپنے سسٹم کے یوٹی کر لیتا ہے۔
 سسٹم کے سسٹیم میں یوٹی قیام ہونے پر چار اہرات سامنے آ موجود ہوتے ہیں۔ اسکا مطلب یہ ہے کہ سسٹم یعنی جوری نہ کرنے کا جب پورے یوٹی اسٹیمس ہو جاتا ہے تو سن کا چورنگل جاتا ہے۔ اسے آدمی کے واسطے قدرت کے خزانے کھل جاتا ہے۔ معمولی آدمیوں پر اس واسطے نہیں کھلنے کہ خودی و خود غرضی کا یا ب جی میں بٹھا ہوتا ہے۔ جوری کے یا ب کو دل سے نکال دو اور سنہرے دل کے دھنسنے۔ معدنوں کے خزانے۔ دریاؤں اور سمندروں کے گوہر آبدار سب کی ترغیبیں تم پر ہونے لگیں گی۔

۴۔ ہر جسم جبریم میں پورا قیام ہونے پر طاقت و قوت حاصل ہوتی ہے۔ آدمی کا جوہر و برج ہے۔ جس نے ہر جسم جبریم سے اس کی یوری یوری رکشا کر لی۔ گویا اس نے اپنے جسم کو طاقت کا منبع ہی نہیں بنایا۔ بلکہ اس کی اندریوں میں مدد ہی وغیرہ میں بھی لا انتہا طاقت کا ظہور ہوتا ہے اور وہ دماغی کام نہایت ہی مستحسن طور پر کیا کرتا ہے۔ ہمارے کالجوں کے تعلیم یافتہ نوجوانوں پر سب اعتراض کیا کرتے ہیں کہ اہل یورپ و امریکہ کی طرح انہوں نے اب تک کچھ کر کے نہیں دکھایا ہے۔ یہ ایجاد و اختراع دریافت کیا خاک کر سکتے ہیں۔ بحیثیت کی شادیوں نے نسل کو کمزور بنا کر کسی کام کا نہیں رکھا ہے۔
 ۵۔ پھر نگیرہ میں یوٹی اہام ہونے پر پہلے جنموں کا حال معلوم ہوتا ہے۔ ان میں اصول پیضم ہے کہ اس پر نگیرہ کے معنی میں سامان دنیا کا فراہم نہ کرنا۔ اس سامان میں مکان و اسباب ہی شامل نہیں ہیں۔ بلکہ جسم اندریاں میں ہر صحت وغیرہ سب داخل ہیں۔ کیونکہ گایاں روپ آتالان سب سے علیحدہ ہے۔ ان

پتہ نون بھگتوں گیانہوں کے ست سب میں ماکر مٹھے نو دہاں کی اہوا
 کچھ اور ہی ہوا کرتی ہے۔ کسے ہی بُرے خیال والا آدمی جا کر مٹھے۔ جب تک
 بدبھار ہنگامہ ہی محسوس ہوگا کہ آئندہ کا مسدود جہیں مارا ہے۔۔۔ انکی قربت کا
 پھل ہے۔ اسی طرح یوگی کو جب اپنسا من سن بانی کے لحاظ سے دوسرے
 کامل نصیب ہو جاتی ہے۔ تو جو اس کے قرب مائیگا۔ اس کے شدتہ من کے
 اثر سے وہ بھی دشمنی و عداوت یعنی اپنسا کے خیالات ترک کرے گا۔ یہاں آکر
 شیرادر بکری ایک گھاٹ یا نی پیتے ہیں۔ یہ بہانہ ہیں بلکہ امر واقعہ ہے۔
 سو ذی سے سو ذی جانور شدتہ من کے آدمی کو نہیں سنا تا بلکہ اس کے شدتہ
 اثر سے کیجے جگر اُس سے کھیلنا چاہا کرتا ہے۔ شیر خوار بچوں کے ساتھ بھی
 من کا من شدتہ ہے کہ آدمی اور کیا جانور یہی سلوک کیا کرتے ہیں یوں
 اگر تم بہ چاہتے ہو کہ تمہیں کوئی آزار نہ پہنچائے تو من مانی یا کرم سے تم بھی
 کسی کو آزار نہ پہنچاؤ۔ ایسا کرنے سے غباری زندگی نہایت ہی خوش گزرنا
 رہے گی۔

۱۔ سب سے پہلے میں یوں قیام ہونے سے ثمرہ اعمال حاصل ہوتا ہے۔ مطلب یہ
 ہے کہ اور لوگوں کو ثمرہ اعمال اسی وقت حاصل نہیں ہوا کرتا بلکہ عمل ایک
 وقت ہونا ہے اور اس کا ثمرہ مہینوں برسوں یا جنموں میں کہیں جا کر
 حاصل ہوتا ہے۔ یوگی من کرم بانی سے سنتہ یا من کرتا کرتا سب سے سنگین
 ہو جاتا ہے۔ یعنی جو کام من میں سوچتا ہے فوراً ہی اُس کا پھل ظہور میں
 آ جاتا ہے۔ وہ صاف ظاہر ہے۔ یہ عالم عالم حال ہے۔ معمولی آدمیوں کے
 خیالات عمل کا حامی اس واسطے نہیں ہیں کہ ان کے منوں میں جو چاہتا ہے
 اسے کو الگ اور الگ شکتی پائی جیوانے ہوئے ہیں۔ جن کی مرادوں کا لیرا ہونا اعلیٰ

لیجئے ہر دل میں لذتوں کا جوڑا * لذات سے ہوتا ہے تعلق پیدا
ہوتی ہے تعلقی سے ہو یہ خواہش * خواہش سے ہو کرتا ہے یہ لہجہ

محنت سے ہو کرتا ہے غفلت کا ٹھو * غفلت سے حافظہ میں آکر ہو قصور
موتا ہے اس قصور سے عقل کا ناں * عقل کا نام اس انسان کا ضرور

تیسری فصل یموں اور نیموں کے پھل

یموں اور نیموں کی دو بڑی بھاری غرضیں ہم بتا چکے ہیں۔ ان میں سے ایک نفس یہ قدرت یانی ہے جو دجھاں اور سادھی میں نہایت بکا راہ ہے۔ دوسری یہ ہے کہ یوگی کو جب سیدھیوں اور شکستیاں حاصل ہو جائیں تو وہ خود غرضی سے ان کا بڑا استعمال کر کے نظام عالم میں خود نہ ڈالے بلکہ فیض رسانی عالم میں انہیں کام میں لائے۔ یہ دو بڑے بھاری نامہ سے ہیں جو بہتیت مجموعی یم اور نیموں کی پابندی سے یوگی کو حاصل ہو کر رہے ہیں۔ ان کے علاوہ کامل طور سے جب حراولت ہو جاتی ہے تو ہر یم اور ہر نیم یوگی کو خاص سیدھی اور خاص شکست بھی بخشتا ہے ان شکستوں کی تفہیمیل بھگوان چنبلی بتاتے ہیں۔ پہلے انہیں سن لو۔ پھر ان پر بحث کریں گے۔ پہلے پانچ میوں کی سیدھیوں کو لو *
۱۔ ایشیا میں یو را قحام ہونے پر یوگی کے قریب سب نرک عداوت کرتے ہیں۔ اس کا اصول صاف ہے۔ تم نے دیکھا ہو گا کہ مہانتا سادھوؤں۔

پیدا کرے لو اس کی جگہ فوراً اس کی خمد یعنی حق و حجت کے خیال کو دل میں بگڑ
 دو۔ مثلاً کیونکر کے گوشت کھانے کا خیال دل میں آیا ہے تو سوچو کہ کبوتر
 کسایا رہا جائیگا اور اس کی حرکات و سکنات کیسی دل غرض کن ہیں۔ اس کو
 مار کر کھانا کیا پالنا چاہئے۔ دانہ ڈالنا چاہئے۔ پیار کرنا چاہئے۔ اگر کسی شخص
 کی طرف سے کہنے کے خیال طبیعت میں اٹھتے ہیں یا اُسے سخت و سست کہنا یا
 ہو۔ تو اُس شخص کی برائیوں کی طرف دسیاں نہ دو۔ بلکہ اس میں جو خوبیاں
 اور نیکیاں ہیں انہیں بار بار سوچو کہ فلاں وقت اسنے مجھ سے اِ فلاں شخص سے
 کیا اچھا سلوک کیا ہے اور وہ کیسا اچھا آدمی ہے۔ ان خیالات متضاد
 سے ہنسنا کا خیال دب جائیگا اور تمہارا برت بھنگ نہ ہونے پائے گا۔

پانچیم اور پانچ نمبروں کے متضاد جو خیالات ہیں وہ سب خیالات
 ناقص ہی کی مد میں آتے ہیں۔ یہ تین طرح سے برتوں کو توڑا کرتے ہیں۔
 خود کرو۔ کسی اور سے کراؤ۔ کوئی کرنا ہو اور اُسے روک سکو تو نہ روکے مثلاً
 سب سے برت کے توڑنے والا خیال جھوٹ ہے۔ اگر تم خود جھوٹ بولو
 یا آپ بولو بلکہ کسی اور سے بلو اور یا کوئی اور بولا ہے اور نہیں معلوم ہے تو
 اُسے جیسا دیا چپ سادھ جاؤ تو قینوں طرح تم گنہگار ہو اور اپنا برت توڑ رہے
 ہو۔ پس ان تینوں باتوں میں ہوشیاری اور خبرداری برتنی لازم ہے۔
 زور و طاقت کے لحاظ سے یہ خیالات تین طرح کے ہوتے ہیں۔
 ہلکے متوسط اور پُررور۔ جب تک ہلکے ہیں متضاد خیالات سے بہ آسانی
 دور ہو سکتے ہیں۔ اس واسطے لازم ہے کہ جہاں طبیعت میں ان کا بیج پیدا
 ہو فوراً ہی اُسے اکھاڑو۔ جڑ پکڑ کر انکر مچھوٹا اور ذرا بڑا ہو یعنی ان میں جہاں
 متوسط درجے کا زور آیا تو پھر اکھاڑنے میں دقت پیش آئیگی۔ اور جب قد

کہ تمہارے چھوٹے برت وسعت پا کر مہا برت بن جائیں اور جو ہم عمل میں لار ہے ہو عادت بن کر طبیعت بنانی ہو جائیں۔ ہم ہندوؤں سے ایک ادب و شجاعت اور شکل اور خاص خاص تہواروں پر برت رکھے جاتے ہیں۔ کیا یہی اچھا ہو کہ بجائے رسم بھگوانے کے ہم ان میوں اور نیموں کے متعلق برت دھارن کیا کریں۔ تاکہ محض رسوم کی پابندی کی بجائے کسی دیکھے پر نہ بنیں۔ اور شانتی کی راہ میں گام زن ہو کر تسکین قلب بہم پہنچائیں جو تدریجی مرحلے میوں پر عمل کرنے کی نسبت بیان ہوئے۔ وہی میوں برتوں میں بھی استعمال کرو۔ نتیجہ یہ ہوگا کہ چھوٹی چھوٹی قیدوں میں پورے اُترنے کے بعد تمہارے نیموں کا دائرہ وسیع ہوگا۔ اور جو نیم اول محنت کوستش سے پورے ہوتے تھے اور ان پر عمل نہ کرنا بارگراں لکوس ہو مانتھا وہ تدریج کثرت مزاولت اور عادت سے تمہاری طبیعت کے جزو بن جائیں گے۔ ان پر عمل کرنے سے تمہیں صرف یہی نہیں کہ کچھ وقت محسوس نہ ہوگی بلکہ ایسی عادت ہو جائیگی کہ کئے بغیر چین نہیں پڑے گا۔ یہی حالت نفس مہا برتوں کا نتیجہ ہے۔ یہی وہ آدرش ہے جس پر ہم چاہتے ہیں اور جو ہمیشہ پیش نظر رہنا چاہیے۔

بھگوان پتھلی اس کے متعلق ایک اور کام کی بات بتاتے ہیں۔ اور وہ یہ ہے کہ خیالات ناقص کی مرکا وٹ کے وقت ان کی اضداد پر غور کرنا چاہئے۔ خیالات ناقص وہ ہیں جن سے برتوں میں خلل واقع ہو کر رہتا ہے جب کوئی خلل اندر خیال طبیعت میں راہ پاسے اُٹھی وقت اس کی ضد کے خیال سے اس کو مٹانا لازم ہے۔ مثلاً تم نے اہنسا کا برت دھارن کیا کیا ہے۔ اگر من بانی یا کرم سے کسی قسم کی ہنسا کا خیال طبیعت میں خدشہ

ایک ایک دود کو لو اور انہیں مشق پیہم سے سخت کرنے چلے جاؤ۔ بہانہ یہ کہ ہر جانور کا گوشت ہر جگہ اور ہر زمانے میں تم سے چھٹ جائے اور تم محض عہد کے پابند نہ رہو۔ بلکہ گوشت کھانے کی عادت اس طرح زایل ہو جائے کہ تمہاری طبیعت بن جائے۔

یہ اپنسا کا ایک جزو تمام ہوا۔ اب اور اجزا کو لو۔ مثلاً یہ عہد کرو کہ اپنے ہاتھ سے نہ تو کسی کی جان لو نہ کسی کو مارو پیٹو نہ کھاؤ۔ پھر یہ عہد سینچا لو کہ کسی ذبیحات کو اپنے ہاتھ سے کسی قسم کی تکلیف نہ پہنچاؤں گا۔ یہ ہاتھ یعنی عمل کی ہنسا کے متعلق پیہم تھے۔ ان پر عبور ہونے لگے تو پھر بانی کی ہنسا کے متعلق عہد یا نہ دھوکہ زبان سے کسی کو فحش گالی نہ دو نہ کلام معمولی گالی نہ دو نہ کلام۔ درشت کلامی۔ جھگڑا کلمات خیر سے کسی کی دلاداری نہ کروں گا۔ غرض اپنی زبان سے کسی ذبیحات کی کسی طرح کی ایذا نہ پہنچاؤں گا۔ بانی سے منیر آؤ کہ کسی کی نسبت کسی بُرائی کے خیال کو دل میں نہ آئے دوں گا۔ اس طرح اپنسا کا برہنہ کمال کو پہنچتا ہے اور زمان و مکان اور ذات و عہد کی حدود سے محدود نہیں رہتا تو اصطلاح میں اسے مہابرت کہتے ہیں۔

جو مرحلے اپنسا کے بارے میں بیان ہوئے وہی باقی چاریموں میں بھی متعلق کرو۔ ان سب کے اشارے باب اول کے مختلف مضامین میں آئے ہیں۔ ناظرین اپنے حالات نواحی کی مناسبت سے سوچ سوچ کر اور اپنی طبیعت و استعداد کے مطابق اجزاء علیہ بنانا کر ان کو عمل میں لاسکتے ہیں۔ سب میں عام اصول یہ ہے کہ اول آسان اور چھوٹی چھوٹی قیدوں سے شروع کرو جنہیں عمل میں لاسکو۔ بتدریج ان قیدوں کو سخت اور وسیع کرتے جاؤ۔ یہاں

شال سے برابر زیادہ اچھی طرح ذہن نشین ہو جائے گا۔ اپنسا کیلچے
اسکا کمال یہ ہے کہ من بانی کرم سے آدمی کسی ذبحات کو کسی طرح کا اڑا۔
نہ پہنچائے۔ مگر اس کمال پر پہنچنا کارے دارد۔ ایک روز میں نہیں
ہو سکتا۔ اس میں وقت لگے گا۔ محنت اٹھانی پڑے گی۔ بتدریج روز مشق کرنی
پڑے گی۔ جب کہیں جا کر اس بام بلند پر پہنچنا ممکن ہو گا۔ پس گھبراہٹ اور جلد بازی
سے کام نہیں نکل سکتا۔ ہوئے ہوئے چلو اور انجام میں تم منزل مقصود کو پہنچو گے
ترقی کے مرحلے ہم نہیں بتاتے ہیں۔

فرض کرو تم گوشت کھاتے ہو۔ اپنسا کا پہلا قدم یہ ہے کہ چونکہ جانور کی
جان لینا ہنسنا ہے اول اُسے چھوڑنے کا عہد باندھو۔ من کرم بانی سے
کسی ذبحات کو کسی طرح کا اڑا نہ پہنچانے کے خیال کو ابھی رہنے دو۔ گوشت کا
چھوڑنا ہی ہر دست گوشت کھانے والے کے لئے مشکل چیز ہے۔ اس کے
چھوڑنے کی کوشش کے بھی چھوٹے چھوٹے مرحلے اول بنالو اور اُن پر
عمل کرنا اختیار کر لو۔ اب ایک مرحلہ طے ہوتا جائیگا تو تم میں طاقت بڑھتی
جائے گی اور منزل مقصود پر پہنچنے کے زیادہ قابل بنے جاؤ گے۔

دو مرحلے یا قیدی مندرجہ ذیل ہیں۔ اول ذات کی قید باندھو کہ
نگالیوں کی طرح مچھلی کے سوا اور کسی جانور کا گوشت نہ کھاؤں گا اور
کچھ عرصے اس پر عمل کرو۔ پھر زمان کی دوسری قید بڑھاؤ کہ انوار اور
منگل کو گوشت نہ کھاؤں گا۔ پھر مکان کی تیسری قید بڑھاؤ کہ تیرتھ مندر
افلاں فلاں شخص کے مکان میں نہ کھاؤں گا۔ پھر چوتھا عہد باندھو
کہ مکان کے ساتھ اُس کی خاطر تواضع ہی میں کھاؤں گا اور کسی موقع پر
نہ کھاؤں گا۔ یہ ذات زمان مکان اور عہد کی قیدی کہلاتی ہیں تیرتھ

فصل دوم یم اور نیم کیونکر کرنے چاہیں

خاص یم اور نیم جس طرح کرنے چاہئیں۔ انکی تشریح انکی متعلق فصلوں میں شرح و بط کے ساتھ کی گئی ہے۔ بھگوان شیخی کچھ باتیں ایسی بھی بتاتے ہیں جو خاص یم اور نیموں پر بہتیت انفرادی ہی نہیں بلکہ تمام یم اور نیموں پر بہتیت مجموعی بھی عاید ہیں۔ یہاں ہم انہیں کھولتے ہیں۔ کیونکہ یہ بڑے کام کی باتیں ہیں۔

یم محمد ودیت سے شروع کرنے چاہئیں اور بند تک ترقی دے کر غیر محدود اس طرح بنانے چاہئیں کہ حاوی کل ہو جائیں اور ذات مکان زمان اور جہد کی پابندیوں سے چھٹ کر سیدہ عاید ہو سکیں۔ یاد رکھو کہ ترقی جب ہوتی ہے تدریجی ہوا کرتی ہے۔ ایک مرتبہ ہی جیلا لگ کر کوئی کوشش نہیں چڑھا کرنا۔ اسی طرح کوئی یہ چاہے کہ میں کوئی خاص یم یا تمام کمالی سبب ہم اس طرح کرنے لگوں کہ کمال پر پہنچا دوں تو نا ممکن محض ہے۔ طریقہ الٹا ہے کہ ایک خاص یم او اور اول اول آجے ذہن میں خاص قیدیں رکھ کر اس پر عمل درآمد شروع کرو۔ جب ان جھوٹی سوٹی قیدوں میں پورے اترو اور یہ آسانی کے ساتھ ہونے لگیں تو قیدوں کو اور بڑھاتے جاؤ۔ جب ان میں بھی متیق ہو جائے تو دائرو اور وسیع کرو۔ یہاں تک کہ تمہاری یا بندری یم حاوی کل ہو جائے۔ اسوقت سمجھا جائیگا کہ تم نے وہ یم پوز کر لیا۔

اب ایم اور نہیم کا فائدہ تم اچھی طرح سمجھ سکتے ہو۔ نظام عالم و اول الخاق کے برتاو سے قائم ہے۔ اگر ان پر عمل درآمد نہ ہو تو آج نسام انتظام دریم برہم ہو جائے اگر سیدھیاں اور شکتیاں اسے اوسوں کے ماتھے پٹریں جو بادۂ اعلیٰ سے منحرف ہیں تو وہ خود انہیں اور اوروں کو نقصان پہنچا سکتی ہیں اور بجائے فائدہ و فحش الٰہی نقصان دہ ثابت ہوگی۔ اس واسطے شروع ہی سے ایک طرف تو اخلاقی روکے رکھی گئی ہیں جو آدمی کو بُرائی سے روکے اور دوسری طرف وہ اخلاقی عہد باندھے گئے ہیں جو اُسے بھلائی پر چلائیں۔ ہم اُسے روکتے ہیں اور نہیم اُس سے کام کرانے ہیں۔ دونوں کے ذریعے سے وہ سنی سیم اور مزاولت و امتزواجی سے اسانیک اٹھیکا کر یوگ سے خود اسکی روحانی ترقی بھی منظور ہوگی۔ اوروں کو بھی فیض پہنچے گا۔ اور اس کی زندگی تمام دنیا کے لئے مبارک ثابت ہوگی۔ مبارک ہیں وہ پوتر آتماں جو ان اغراض کو مد نظر رکھ کر یوگ کے راستے پر گام زن ہوتی ہیں۔ اور اپنی زندگی کو اپنے واسطے اور اوروں کے لئے مفید بناتی ہیں۔

یاد اسکی ہے دن میں یادرات اسکی ہے ۔ یاں عین ہے اور وہاں سجان اسکی ہے جس شخص کا ہے فیض زمانے میں عام ۔ اے ہر زمانے میں حیات اس کی ہے



وقت گزراں مہر گزر جاتا ہے ۔ انسان آتا ہے اُکے مر جاتا ہے ہے زندہ جاوید وہی نیک انجام ۔ جو اُن کے کچھ کام بھی کر جاتا ہے مضمون بالا سے ناظرین سمجھ گئے ہونگے کہ ایم اور نہیم کی علت غائی کیا ہے اور مقرر کرنے والے نے کس غرض سے انہیں مقرر کیا ہے ۔



ہر طرف سے پر پھر کریموں اور نیموں کی یا بندی من سے کراؤ شروع میں ناکامی سے گھبراؤ نہیں۔ بلکہ ہر ناکامی تمہارے لئے تازہ بانہ ہونی چاہئے۔ اُس سے بہت لکھنی نہیں چاہئے بلکہ اور بڑھے اور ترقی روز افزوں کرتی چلی جائے۔ یہاں تک کہ اس یا بندی کی عادت ہو جائے۔ پھر راستہ صاف ہے۔

ہم جس طرح سے زندگی کے معمولی کاموں میں یم اور نیموں کے یا بند ہیں مثلاً روز وقت پر کھانا کھاتے ہیں۔ بیٹ پالنے کی غرض سے نوکری یا حروف تجارت وغیرہ کرتے ہیں۔ رات کو سوتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔ اسی طرح اگر دھارمک کاموں میں سے ایک یا دو یا زیادہ کو زندگی کا دستور العمل بنالیں اور نیمہ کر کے عہدہ راند کیا کریں تو اس کی برکت سے کب کچھ نہیں کر سکتے اور تندرست ترقی ملے گی کس یا یم بلند یہ چڑھ نہیں سکتے۔ پہلے لوگ اس قسم کے نیموں کے یا بند تھے۔ اس واسطے انہیں نفس پر قدرت رکھنے کی عادت ہوتی تھی۔ آج کل آزادی کا زمانہ ہے لوگ دھارمک نیم یا بند ہٹنے ہوئے گھبراتے ہیں۔ کیا تانے کی بات ہے کہ آزادی پسند لوگ دھارمک نیموں کی یا بندی کو توجہ مداح اسطے پر پہنچاتی ہے۔ قید سخت شمار کرتے ہیں۔ مگر فضول باتوں کے نیم یا بند حکمرانی اور بھی قید سخت میں گرفتار رہتے ہیں۔ ایک سنگار مینے کی حادث کا تسکار ہے۔ دوسرا شراب یا سوڈا اور وقت مقررہ پر ضرور بنیاد ہے۔ کسی کو سننا کھائے بغیر روٹی نہیں کھائی جاتی۔ کوئی حیار یا تھوڑے وغیرہ کہیں نہیں جاسکتا اگر ان فضول عادات کی بجائے اہم چیزوں دھارمک کام بیان ہوئے ان میں سے ایک دہ یا زیادہ کی عادت ڈال لی جائے۔ تو کیسے فائدہ سے کی بات ہے۔ عادت ڈالنے میں وقت صرف شروع میں رو بکار ہوتی ہے۔ بتدریج ہولے ہولے جہاں کثرت مرادوں سے عادت مستحکم ہو گئی تو پھر شکل سے شکل کام نہایت سہل اور آسان ہو جایا کر مابے ہیں۔ سری است۔ عا پر شخص سے ہے کہ بجائی اگر اس دنیا اور عقبہ کی بہتری چاہتے ہو تو دھرم

اور پانچ باتیں مجدد با ندرہ کر روزمرہ کرتے رہنا چاہئے۔ جس طرح ان پانچوں میں
 اور نیوکی پر عمل کرنا چاہئے۔ جو جوان میں سے ہر ایک کے فائدے ہیں۔
 جس میں معراج پر یہ پہنچا سکتے ہیں۔ ان کا منتقل بیان ہر ایک کے خاص مضمون
 میں اچھا۔ یہاں بہ ہیئت عجوبی اتنا خیال رکھنا چاہئے کہ من بے لگام گھوڑا ہے
 ہم اس گھوڑے کی باگ روکتے ہیں اور ہم اس سٹرک پر لے جاتے ہیں جس پر چلانا
 مقصود و منظور ہے۔ پس جو شخص ہم اور نیوکی کی پابندی کرتا ہے۔ یوں سمجھو کہ وہ
 بُرائیوں سے ہٹتا ہے اور بھلائیوں پر چلتا ہے۔ اس کا ایک بڑا بھاری
 فائدہ تو یہ ہو گا کہ وہ اخلاق سے بہرہ حال کر لے گا اور دوسرا یہ کہ من پر قابو پائے گا
 آہستہ آہستہ تہذیب کی مشق سے اُسے یہ قدرت حاصل ہو جائے گی کہ من کا بے لگام
 گھوڑا جلد صاف چلتا جائے۔ اس طرف سے اُسے روکے۔ اور جدھر آپ اُسے
 لے جانا چاہتے ہیں اسی کے ساتھ لے جائے۔ اسی واسطے میں اور نیوکی
 پابندی یا بندھی بھی گئی ہے۔ من پر قابو پانا یوگ یا سادھی کی مشرقِ اول
 ہے۔ اس پہلے زمین پر اس واسطے چڑھتے ہیں کہ یہاں قدم جم بٹاؤ اور اوپر
 چڑھیں گے اور آخر سادھی کے نام پابندی پہنچ جائیں گے۔ جو یوگ کے تمام پچیس سو کی
 معراج ہے۔

پس یہ ذکر رکھیں کہ قید و بند کے نفاذ سے نہیں دیکھنا چاہئے۔ نہ
 نیوکی کو کھڑا رکھیں اور نیکی کا وہ مجدد خیال کرنا چاہئے۔ بلکہ تہذیب کا کام لے کر
 ہوئے ہوئے تہذیب اور آہستہ آہستہ ان پر عمل کرنا سیکھو۔ شروع میں
 گہر کر بھاگتا مگر اس بے لگام گھوڑے کو بھاگنے نہ دو۔ بلکہ جس طرح دانا استاد
 بچے کے وقتوں کا خیال رکھ کر ہولے ہولے اس سے کام لیتے ہیں اور راہ پر
 لگاتے ہیں۔ یہاں تک کہ وہ علم کا شوقین اور شائق بن جاتا ہے۔ یہی معراج

غرض یہ ہے کہ اسے نفس پر قدرت حاصل ہو۔ وہ من کا غلام نہ بن رہے بلکہ اس کا حاکم ہو جائے۔ جس کے حکم کے مطابق وہ چلا کرے۔

بھگوان پتھلی نے مانچ ہم مقرر کئے ہیں۔ جو مندرجہ ذیل ہیں۔ اہنسائی کسی کو آزار نہ پہنچانا۔ شہوت یعنی جھوٹ سے بچنا۔ اشتہ یعنی چوری نہ کرنا۔ برہم چرہ یعنی جذبات شہوانی سے پرہیز کرنا۔ آئیر یگرہ یعنی بھوکوں کے ساتھ سناو سناو سامان دینی کے فراہم کرنے کے فکر و افکار میں مصروف نہ رہنا۔ غور کیا جائے تو یہ پانچوں روکیں اس قسم کی ہیں کہ اخلاق کی روح رواں ہیں۔ زیادہ تر آدمی انہیں روکوں کے شکار ہو کر دنیا میں دکھ مر دکھ اٹھا رہے ہیں۔ جہاں جانیے اور جہاں صبر نظر مار کر دیکھئے۔ زیادہ تر شکایتیں یہی ہیں جو ان میوں سے متعلق ہیں۔ اگر ہم یہ عادت ڈال لیں کہ اپنے برتاو سے میں یہ پانچ دکھ دینے والی چیزوں سے بچیں تو ہماری زندگی بڑی خوشی اور فارغی کی زندگی ہو سکتی ہے۔

یہ تو ہم تھے۔ نیم یعنی جن فضائل اخلاق پر چلنا ہے۔ انکی تعداد بھی بھگوان پتھلی مانچ ہی رکھنے ہیں۔ جو مندرجہ ذیل ہیں۔ شوش یعنی من، کرم یعنی صفات و پاکیزہ رکھنا۔ شوش یعنی سامان دنیا میں جو کچھ اپنے پاس ہے اس پر قناعت کرنا۔ تپ یعنی سچا رہنا۔ بالوئی خاص یوگ اسباب کرتے رہنا۔ شواہد جیسا کہ یعنی دھرم سمبندھی خاص کتابوں کا باقاعدہ طور پر روز پڑھتے رہنا۔ ایشور برہما یعنی اپنے اپنے کام ایشور برہم سے ملنا اور اس کے رحم و کرم سے بھر دیا رکھنا۔ یہ پانچوں نیم صرف اعلیٰ درجے کے فضائل اخلاق ہی نہیں ہیں بلکہ وہ امور ہیں جن پر عمل کرنا سے آدمی روحانی طور پر دن و رات اور راست چو گئی ترقی کرتا ہے۔

اوپر کی بحث کا حاصل یہ ہے کہ آدمی کو مانچ تو روکیں اپنے واسطے قائم کرنی چاہئیں۔

باب ہمارم

یموں اور نیموں کا فلسفہ

پہلی فصل یوں اور نیموں کی غرض

یم اور نیم شروع اور علی طور پر بیان ہو چکے۔ آؤ۔ اب یہ دیکھنا شروع کریں کہ کتنا اچھے کے پہلے دو الگ انہیں کیوں قرار دیا ہے۔ چونکہ سب سے مقدم انہیں رکھا گیا ہے اس تقدیم کی غرض بھی خاص ہی ہونی چاہئے۔ اس فصل میں بچا بھی یہی کیا جائیگا کہ جن اطلاقی رذائل سے بچنا اور جن اخلاقی فضائل پر چلنا بھگوان پتھلی سکھاتے ہیں۔ وہ حقیقت میں کیسے وقوع رذائل و فضائل ہیں۔ اور ضبط نفس میں کیسا وقیع کام دیتے ہیں۔ میں ان کا فلسفہ اچھی طرح سمجھ لینا چاہئے۔ آسانی کی نظر سے میں یم اور نیموں کی فہرست یہاں پھر دیتا ہوں اور ان کے معنی بھی لکھتا ہوں۔

یم کے معنی ہیں روکنا اور نیم کے عہد باندھ کر باقاعدہ طور سے کسی کام کا روزمرہ کرنا۔ یم میں من کو کسی خاص بات سے روکا جاتا ہے نیم میں کوئی خاص بات کی جاتی ہے۔ یم منفی ہے نیم مثبت۔ اخلاقی تعلیم بھی ہمیشہ دو ہی طرح کی ہوا کرتی ہے۔ ایک منفی دوسری مثبت۔ آدمی سے یہ کہنا کہ جھوٹ نہ بول منفی تعلیم ہے۔ یہ کہنا کہ سچ بولا کر مثبت تعلیم ہے۔ دونوں کی

دیکھ بنا میرے لئے بادی و رہبر سچا
دیکھ ہے وہ چیز کا اندھ کو عطا کیں دیکھیں
دیکھ سہا میں نے زمانے کا ہوا تاجر نہ کار
دیکھ وہ اُشاد ہے جو صبر سکھایا ہے
قلب میں دیکھ کے رسل سے صفا آتی ہے
جہل و ظلمات کے پردے ہوئے میں دیکھ گئے

دیکھ ہوا میرے لئے کیا شریف اسرار خدا
دیکھ ہے وہ چیز کا ان آنکھوں میں بخشی ہے عینا
دیکھ جو آیا تو سری چشم بصیرت ہوئی وا
اور پڑھانا ہے سبق بد کہ ہو راضی برضا
دیکھ وہ جہنم ہے کہ دی آئینہ بول کو جلا
دیکھ اب نور ہے وہ صل عے اصل عے

عیش پیارا ہے مجھے اور مجھے سکھ پیارا
سکھ سے بھی بڑھ کے زیادہ ہے مجھے دیکھ پیارا

دیکھ سے وہ چیز کہ نظر وہیں مری جتا ہے
آنکھ کو کہنے میں سب نعمت عطا ہے یہ
آمرے پاس آواے دیکھ کہ بابائیں لیں
جو کہے مجھ کو بُرا آپ ہے وہ شخص بُرا
قربت حق کا مجھے محتاج ہے تو نے اعزاز
دیکھ میں نے مجھ پر کیا کرتا ہوں میں یا خدا

دیکھ کو ہرگز نہ کہو رنج ہے اور کلفت ہے
دیکھ کو بسج بوجھو تو اس سے بھی بُری نعمت ہے
کبھی پیاری مری آنکھوں میں تری رہو ہے
تو تو اللہ کی واللہ تری رحمت ہے
اسی ماعت سے مرے لبس تری عزت ہے
اور پڑھتا ہوں یہ شعر اس سے بڑی نعمت ہے

عیش پیارا ہے مجھے اور مجھے سکھ پیارا
سکھ سے بھی بڑھ کے زیادہ ہے مجھے دیکھ پیارا

حسن شخص کی بلیغت پر اسے خیال حاوی رہا کرتے ہیں۔ اسکا من ڈالنا ڈول
اور چینل نہیں رہتا۔ مگر اضطراب اور پریشانی کی بجائے اُس میں روئے شادمانی
اس طرح نظر آتا ہے جس طرح مصفا آئینے میں چہرہ نظر آیا کرتا ہے۔ یہ
حالت نفس سادھی ہم پہنچا لے میں بڑا کام دیا کرتی ہے۔

شانی کے ساتھ گزرنے میں شانتی رہی۔ اور پھر نہ بیگانہ۔ اور سچی کے لہجے ہو گا اور
 تو تم آتما شانتی کو بھوکے گئے جس آتما کی فطرت مثال نہیں ہے۔ دکھ سے گھبراؤ
 نہیں۔ بلکہ وہ شے ہے کہ آدمی کو دنیا سے بٹاتا اور ایشور کی طرف لگاتا ہے۔
 پس دکھ کو تو سکھ سے بھی بڑھ کر سمجھنا چاہیے۔ ایسی مضمون پر کلام مہر جو اسے ایک
 نظم نقل کرنا چوں۔ اسے بڑھ کر اور اس کے معنی پر غور کر کے شانتی ہم پہنچاؤ۔
 پہلی رو بہا سے تم اے دوستو اغرت نہ کرو
 گریب بچو کہ زمانہ سے تمہاری صدمت
 یار پیار سے ہیں لکھے اور اختیار
 پیار میں کرتا ہوں سب کو جسے ہر اک سے عزیز
 سفا مری آنکھ کے تار سچاں کے چھوڑا
 سب کو پیار ہوں بل و سب ہیسا بھلا

عیش پیار سے مجھے اور مجھے سکھ پیارا
 سکھ سے بھی بڑھ کر زیادہ ہے مجھے دکھ پیارا

دکھ ہے پیارا مجھ پر سنکے نہ ہونا اشاد
 دکھ جہاں ہے تو اس کے بہا سے نہیں
 عیش و عشرت میں مجھ کو لانا لڑکے سے خوش
 دکھ نہ ہونا جو زیادے میں فقط سکھ ہوتا
 دکھ کے پردے میں نہاں یا کا جلوہ کیا
 مبرے حق میں تیرا آنا ہے مبارک اے دکھ

عیش پیار سے مجھے اور مجھے سکھ پیارا
 سکھ سے بھی بڑھ کر زیادہ ہے مجھے دکھ پیارا

بھرنی مشہور ہے۔ اگر تم مرد سدان ہو تو صبر و شکر سے کام لو اور کمزورتیاں
اندھ کر پرار بدھ یعنی اپنے پچھلے اعمال کو اپنے نئے بہتر اعمال سے دباؤ دو اور
تہا سے ہی اعمال میں۔ بتوں کو اچھوں میں تبدیل کرو۔ دکھ کو شکھ سے بدلو اور تم
خوش رہو گے و کھڑے کا رو دیا کرتے ہو۔ پرار بدھ تہا سے اعمال میں تہا سے اور

کے نہیں بد پرار بدھ پہلے بنی یا جیسے بند شہریر

تہا یہ شجر ہے سن نہیں ہاں دھ دھ

برہمچاگت کیرجی اسی مضمون کے ایک بھجن میں کہتے ہیں اور کیا ہی شانتی دیا یک
بات کیا ہی اچھے میرا بے میں کہتے ہیں بد

۱۔ رے من دھیرج کبوں نہ دھیرے

شعبہ اور اُشعبہ کرم تو رہا رتی نہ گھٹے نہ بڑھے

۲۔ ہوں مار ہوئے پئی آسوئی جینا کا ہے کرے

پشو پکشی آنا جیون میں سب کی مدد دھیرے

۳۔ من تو پرانا پتی پر بھوسے بھٹکت کا ہے پھرے

ہری کو چھوڑ اور کو دھاوے کالج اک نہ سرے

۴۔ ہری بھر وساگر من موروکھ کوٹ بیا دھی ہرے

کہت کیر سنو بھائی سادھو سچ میں جیو ترے

یس مہرے دوستو شکوہ و شکایت کی باتیں چھوڑو شکھ ہو تو اُسے البثور کی طرف

سے سمجھ کر شکر کرو۔ دکھ ہو تو اُسے البثور کی طرف سے سمجھ کر صبر کرو۔ شکھ میں خوشی کیا

اور غم میں رنج کیا۔ دونوں ہی گزرتی ہوئی اور بدلنی ہوئی حالتیں ہیں۔ نہ شکھ سدا

رہتا ہے نہ دکھ سدا رہتا ہے۔ ان خواب کے سے پھٹتے ہوئے لہنتوں میں کوئی دہلی

کرے نو کا بچہ کرے۔ تم شکھ دکھ دونوں کو البثور کی طرف سے سمجھو اور تہا ہی زندگی

کوئی نذر دست کوئی بیمار۔ کوئی خوش کوئی ناخوش۔ کسی کو شک ہے کسی کو دکھ وغیرہ وغیرہ۔ یہ کارخانہ اندھا دھند اور بے سرو پا اور بے سبب نہیں ہے۔ ہر بات کا سبب ہوا کرتا ہے۔ پس اس نبرنگی کا سبب ہونا بھی لازماً ہے۔ ورنہ ایشور پر بے انصافی ظلم اور جہل کے الزامات لازم آجئے۔ شک اور دکھ محض اعمال کی جزا و سزا میں بھو گئے ہو کر تھے ہیں۔ پس جسے شک ہے وہ ایسا کیا بھوک رہا ہے اور جسے دکھ ہے وہ ایسا کیا بھوک رہا ہے۔ اگر یہ بھوک جزا سے اعمال نہیں تو کثرتِ ناش اور کثرتِ ابھناؤ کا دوش لازم آتا ہے جسکے یہ معنی ہیں کہ جو اعمال کئے گئے ان کا پھل تو ملا نہیں اور جو نہیں کئے گئے ان کا پھل گئے مسئلہ تھا۔ ایسا ہونا سخت اندھ ہے اور نظامِ عالم ایک دن بھی نہ چل سکے اس واسطے ماننا پڑتا ہے کہ جو دکھ شک کہیں اس جنم میں نصیب ہے وہ پہلے جنموں کے کرموں کا پھل ہے۔ حیوانا دی ہوں اس لئے ان کے کرم بھی انا دی ہیں۔ ان انا دی جمع شدہ کرموں میں سے جو اس لائق ہو جاتے ہیں کہ پھل دے سکیں۔ وہ پرار بدھ یعنی شروع شدہ کرم کہلاتے ہیں۔ پہلی آدمی کو جنم دے کر اسے خاص حالات اور لوازمات میں لائے جاتے ہیں۔ پس جنم جو اس جنم میں شکہ بادھ ہے وہ ہماری پیدا ہوا ہے کسی دوسرے کا زبردستی دیا ہوا نہیں۔ کرم کے مسئلے اور اندھا دھند تقدیر کے مسئلے میں ہی فرق ہے۔ کرم کا مسئلہ سنا ہے کہ موجودہ جنم ہماری بنایا ہوا ہے۔ تقدیر کا مسئلہ کہلا رہا ہے کہ قدرت پہلے خدا مقرر کر چکا ہے۔ خدا بے سبب و بے دلیل کسی کا مقدمہ نہیں کرتا۔ سو تسلیم ماننا پڑتا ہے کہ ہمارا موجودہ جنم خود ہماری ہی دستکاری سے ہوا ہے۔ شکہ دکھ کے لئے ہیں کسی اور کی شکوہ و شہ مت نہیں کرنی۔ بدھ کہہ رہے ہیں کہ گناہ مفسی اور بیماری کا کیا گلہ۔ بد حال اور ناخوش کی کیا شکایت۔ ماری کرنی ہی

ہندی میں اس سمون کے بھی سبز ہوتے ہیں۔ میری سمون اور اس کی ہٹ سے
 کے موسم میں۔ اس سے زبانی، دکرنو۔ سمیت ہوا، وقت پر ہٹ کا
 کھس دہ کے پنج و اجت اور گرم و سرد سے۔ ہاویہ نہیں کیا اور دشا کی نصیب
 ہوگی۔ اردو کی اسی قسم کی غزلیں تلاش کرو۔ انہیں باکوئیہ۔ باعیت ہٹ کا
 میں ورج کرتا ہوں۔ مجھے رباعیات سے خاص رغبت ہے۔

اجتا ہوتا ہے باہر ایتنا ہے + ہکویر و ناہیں کہ کیا ہوتا ہے
 سلک ہے مہر ایتنا تسلیم دینا + ہا یکتا جو مرد خدا ہوتا ہے

ہے فکر عبت کہ کام کہو مگر ہوگا + حق یا سبک جس طرح برابر ہوگا
 کام ایسا خدا کے کر جال لے مہر + یہ دیکھ کہ بہت سی بہتر ہوگا

ہوگا وہی مہر جو ہے منظور خدا + بحر تہ جو کرد فکر تو عمل سے کیا
 سب چھوڑ کے کام اپنے رضا حق + اس مہر سے ہٹے رہا تھی برضا

میں کیا ہوں مے کئے ہے ہوتا ہے کیا + ہوا ہے وہی جو چاہے نواز شہرے
 نہ سب کا اپنے ہتھ پر چھوڑے + مختار ہے تو چاہے، ہر کیری مٹا

رزاق کو اسے بسکہ پہنچا ہے + بے نگرانی فکر رزق سے + اے
 دناش تجھے مان بھی دینا ایسا + جو بل کرے، غرض دلوا ہے
 اسی خیال کہ ایک اور خیال سے مڑی بھاری تقوین پہنچی ہے۔ ہر ہر ہندی کا کرم
 مسئلہ ہے۔ دنیا میں نیزگی اور بقول فلسفی نظر آتی ہے۔ کوئی امیر ہے کوئی غریب

تنبہ ہے جو ہر کام اسی کی مرضی کے مطابق ہو۔ پھر کا یہی شکایت اور کس بات کا شکوہ۔ دیکھو اسے روئے میں صراہی کیا ہے جو آدمی ایسا من مہلا کر کے تکلیف ناز و سرخ ہے اندازہ اٹھاتا رہے۔ تم اسی سیدھے رستے کیوں نہیں چلتے کہ قدرت میں جو کچھ ہو رہا ہے وہی میرے لئے سب سے بہتر ہے جو میری سزا و کیسے نہیں آتا۔ مجھے کیا تو کون سی عجیب و غریب بات ہو گئی۔ بیماری اٹھاس۔ کہ کس کا حصہ نہیں ہیں اور میرا ہی گھرانہ باتوں سے بڑی رہے دیکھو کہ کسے نہیں ہوتا۔ سختی نرمی سردی گرمی کسے پہنچی نہیں پڑتی جو سیر کا ذات مناسب اس سے بہتر ہے۔ واقعات کو جیسے وہ ہیں ویسا ہی دیکھو میں ہائی او خودی اور خود مرضی کے دائرے سے باہر آزاد تم شانت پر پہنچو گے۔

مشکوٰۃ و شکایت چھوڑ بیخیال رکھو کہ یہ کچھ ہوتا ہے اللہ کو کرنا ہے ہمارا ہی
کرتا ہے۔ ہاتھ سے جو کام کرو اس سے ظاہر ہوا چاہئے کہ تمہارا مسک مسک
قیلیم درمنا ہے۔ مثلاً کوئی کام اٹھا اور اس میں روئے کامیابی نظر نہ آیا تو
باجوس ہو کر ادباً ہاتھ پر ہاتھ دیکھ کر کہہ دیجئے کہ ایشور پر میرا سار کھ کے مرانا وار
میرا ہشت سے کام نہ منہا در نہ بان سے ابے بھجن یا نظمیں پکایا کر دے لیٹھو میر
میر و سر رکھنے کے خیال کو مضبوط و مستحکم کرتی ہیں۔ اس سے خیال میں قوت
پائیگی اور خیال کی قوت سے احوال قوت پائینگے یہ

رام چوں را کیم تپوں رہے

جو مہر پر کیں جس کو کرنا تو - تم سے میرا نہ کہے
 نہ کہہ سکتا تو کہہ رہا ہوں - سو بہت دور ہے
 کہی کہ نہ کہہ سکتا تو کہہ رہا ہوں - سو بہت دور ہے
 مہر پر کیں جس کو کرنا تو - تم سے میرا نہ کہے

یہ جو زنجیر کی بڑی ہے لڑی
تیری مانند میں بہت کڑیاں
کام کرتے ہیں اپنے اپنے سب
ان سے مطلب نہ کئے جاتے ہیں
سارے کاموں میں یہاں حکمت
سب میں حکمت ہے گو سمجھ میں آئے
راز حکمت تو گو نہیں سمجھا
نہیں تفصیر حق کی حکمت کی
بھرشکایت کا کام کیا ابدوست
کبوں زمانے کے ہاتھ سے فریاد
کبوں مصیبت کا سمجھ کو رونما ہے
جس کو سمجھا ہے تو مصیبت ہے
جسکو سمجھا ہے تو بُرائی ہے
وجہ یہ ہے کہ یاں ہیں جتنے کام
اور وہ حکمت کہ اس میں کا ہر

اس میں جیوئی کسی ایک ہر کڑی
بیشماران کی ہیں بہا کڑیاں
خاص خاص انکے ہیں بہا طلب
ان سے انجام کام یاتے ہیں
سب میں محفی خدا کی ہے قدرت
اور تری عقل سخت دھوکا کھائے
سوچ اس میں تصور ہے کس کا
اس میں تقصیر محض ہے تیری
بہر حق میں کلام کیا ہے ویت
کس غرض سے یہ واو اور ویداد
کوں یہ بے سود جان کھوتا ہے
وہ تیرے حق میں عین جتنا ہے
اس میں مضمر تری بھلائی ہے
سب میں ہے حکمت خدا کا نام
سب کا ہے نفع سب کی بہبود

بہ شائق کارستہ ہے۔ یہ کسین و طابنت کی راہ ہے۔ ہرے عزیز دوستو
گمانی آدمی بہت تصور سے پوچھتے ہیں جو من کرم نیکن سے جگت کو مہیبا اور محض
بود نمودی سمجھ کر اور اپنے آپ کو اس کا ناظر جان کر اسکے جھگڑوں سے وق نہ ہوں۔
لیکن جو تعلیم اور روئے گئی ہے وہ صاف صاف ہر شخص کی سمجھ میں سکتی ہے ہر شخص اس
بات کو آسانی سے سمجھ سکتا ہے کہ وہ کارخانہ قدرت کا مدار الہام اور کل دنیا کا ٹھکانہ

ایک نتیجہ کو بہت شکایت ہے
 کبھی یہ بھی خیال آیا ہے
 یعنی قدرت کا کارخانہ یہ
 ایک کل ہے کہ چلتی رہتی ہے
 ایک کل ہے کہ ہے سدا جاری
 کر رہا ہے ہر ایک پرزہ کام
 یہاں یہ سود کوئی کام نہیں
 جو نہ کام بطرح سے ہوا
 تاب کہا ہے جو فرق آجاتا
 پانکے کاموں میں نہاں قدرت
 حکما میں جو سب سے اول ہے
 جس کی صنعت کسی کی نقل نہیں
 رہتی ہے جزو کل پس کی نگاہ
 وہی اک اس طرح کا عامل ہے
 جب مکمل جہان کی کل ہے
 تاب کیا ہے جو دخل پہ قصور

کل پر بج بے نہایت ہے
 کبھی یہ بھی تو نے پایا ہے
 کائنات اور کل زمانہ یہ
 کب کل اور دخلی رہتی ہے
 اس میں حکمت حکیم کی ساری
 اور خاص اس کا مقصد انجام
 کار بیفاکدہ کا نام نہیں
 وہ اسی طرح ہونا چاہئے تھا
 وہ نظام اور طرح پا جاتا
 اور مضمر حکیم کی حکمت
 جو چلاتا جہان کی کل ہے
 جس کی حکمت میں دخل عقل نہیں
 حاوئے کل بچا ہے کسی نگاہ
 کام جس کا ہر ایک کامل ہے
 کام جو ہے یہاں کل ہے
 بات یہ وہم اور گمان ہے دور

اس پر بھی تجھ کو گر شکایت ہے
 تو ہے کیا محض ایک جزو ضعیف
 ایک حصہ جہان کی کل کا
 ہے جہاں کی بڑی ہی اک پنجر

تیری تفصیر بے نہایت ہے
 تو ہے کیا ایک جزو زار و خیف
 اور حصہ وہ جو ہے چھوٹا سا
 اور تو اس کا ایک جزو حقیر

کہ وہ آدمی بہار ہیں۔ ایک ہلے واسے اور نالہ و فریاد سے خود بھی اپنی تکلیف بڑھا رہا ہے اور یاس بیٹھنے والوں کی بھی جاں لے رہا ہے۔ دوسرے پٹے پڑا ہے اور خاموش ہے۔ یہاں ممکن ہے کہ تکلیف دونوں کو برابر ہو مگر ایک اُسے بڑھا رہا ہے اور دوسرے نہیں۔ پس اگر شافی جا ہے تو عکسہ و شکاکت جھوٹ اور رسمی رہنما رہنے کی عادت ہم پہنچاؤ اس سے تکلیف تکلیف نہیں رہی بلکہ ایک معمولی بات ہو جاتی ہے جو اور باتوں کی طرح کاموں میں خارج ثابت نہیں ہوتی۔ اس کیفیت نفس اور شافی کی حالت ہم پہنچانے کا سہل نسخہ یہ ہے کہ اپنے آپ کو مرکز عالم و عالیاں نہ مانو جس کی مرضی اور ہمت دھرمی کے مطابق تمام دنیا چلے۔ بلکہ اگلا بڑی سہاری دنیا کا جز و ضعیف اپنے آپ کو سمجھو۔ جسے کارخانہ اندر رش کے مطابق چانا ہے اور جس کی اسی میں بھلائی ہے۔

کائنات بڑی بھاری شے ہے۔ یہاں بڑی بڑی اقو اسے قدرت کام کر رہی ہیں۔ بڑے بڑے جین اور دھکاری پرش کام کر رہے ہیں۔ بڑے بڑے بادشاہ اور پادشاہ سلطنت روے زمین کے مالک کا انتظام کر رہے۔ مختلف جذبہ ہائے انسانی کام کر رہے ہیں۔ ہم کس کہیت کی مٹولی ہو جس کی مرضی کے مطابق ہر ایک کام ہو۔ ہم کس صحرائے فترے ہو جس کے فائدے کے واسطے ہر فوجیات و غیر فوجیات اپنی حرکتوں کو ہرج سے بدلے۔ قدرت کا کارخانہ اعظم نگاہ عبرت سے دیکھو اور اسکے مطابق اپنے کام کو قدرت نہاے لئے نہیں بدلیں بلکہ خود اسکے قواعد و قوانین کے مطابق خود تم بدلتے رہو۔ نہیں بدلو گے تو ڈنڈے اور سونے کھاؤ گے اور بہت کچھ کھو کر تمیں عقل آگئی۔ مسئلہ تسلیم و نہ ایا الشکر بر بندہ ان بیدہی سادہ دینی اور قدسی تعلیم دیتا ہے۔ اسی مضمون کو ایک پُر زور نظم میں ادا کیا گیا ہے جس کے کچھ اشعار ناظرین کے لئے یہاں نقل کرتا ہوں۔

کہتے ہیں یعنی سب کاموں کو خدا کی طرف سے سمجھ کر خوشی بے شکوہ و شکایت تسلیم کرنا اور اُن پر راضی رہنا۔ عسائیوں کے کہے ہاں بھی مسئلہ برتن پیش نہیں کرتا ہے یعنی ہر قسم کے فکر و افسوس چھوڑ کر ایشور کا ہو رہنا اور اپنے سب کام اس کی مرضی پر چھوڑ کر ایشور پر نذر حان بھگتوں کا ہونا دیکھا ہے۔ ہر قسم کے ایشور وادی اس مسئلے کو نہایت ہی عزت و حرمت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں۔ اور کرموں یعنی اعمال و افعال کی سب سے اونچی معراج سمجھتے ہیں۔

یہاں شمرھنی یہ ہے کہ سادھی کی بڑی روک بندہ لائق یا راگ ہے۔ اسی سے چست میں و مہتمم تازہ برتیاں اٹھتی رہتی ہیں۔ یہ آتھتی اس واسطے ہیں کہ ہم اپنے آپ کو طاقتور مانے بیٹھے ہیں۔ کہ اپنے واسطے بھلائی ہی بھلائی پیدا کر لیتے اور بُرائی کو نکال کر باہر کر دیتے۔ مگر کارخانہ قدرت کا کچھ اور حساب ہے۔ یہاں جگہ جگہ روک ہے۔ قدم قدم پر ٹھوکر ہے۔ پس اپنی طاقت کا واہمہ باطل طبیعت سے نکال دیا جائے تو چست میں پیراگ پیدا ہوگا جو سادھی کا قدم اٹل ہے۔ بھاگوان پتھلی وھیان جانے کی بہت سی تباہ ویر تباہی ہیں جن پر عمل کرنے سے کامیابی ہو سکتی ہے۔ انہیں میں سے ایک یہ ہے کہ آدمی اپنے کو ایشور کے اوپر چھوڑے اور بھروسہ رکھے کہ جو کچھ کرتا ہے ایشور کرتا ہے۔ اور میری بھلائی کیلئے کرتا ہے۔ یہ سوچ کر ہر بات کو آدمی خوشی سے تسلیم کرے۔ آپ صرف کام کرے اور نہ وہ ایشور چھوڑ دے۔ بھگوت گیتا کی بھی یہی تعلیم ہے۔

میرے دوستوں آدمی اپنے آپ کو بد بخت و بد نصیب سمجھتا ہے۔ شکوہ و شکایت کرتا ہے۔ اور دُکھڑے روتا رہتا ہے۔ تو اُسے دُہری تکلیف رہتی ہے۔ ایک تو خود دُکھ کی تکلیف۔ دوسرے اُس دُکھ پر ہر وقت وھیان دے رہے کی تکلیف جو دُکھ کی تکلیف کو اور دوبالا کر دیتی ہے۔ تم نے دیکھا ہوگا

معنی سمجھنے کی نہ تو کچھ مباحث ہوتی ہے نہ کوئی پروا کرتا ہے۔ ہر مطالعہ نہیں کہلاتا۔ ملک لوطی کی طرح یا ٹھہ کر لینا ہے جس سے کچھ فائدہ منظور نہیں ہے۔ مطالعہ فائدہ اُسی وقت دیتا ہے جب مطالعہ کردہ کتاب کے معانی و مطالب پر سمجھ کر توجہ دے سکے اور انہیں اپنی ذات کا حصہ بنا سکے۔

ناظرین سا دھویں بہت سے اصحاب سنسکرت اور ہندی سے واقف ہوئے انہیں لازم ہے کہ جن کتابوں سے خاص اسٹش ہے مثلاً گیتا سے یا ایشور سے یا دیوگ واسٹش سے یا راجن سے انہیں خاص وقت شہر دھا اور بھگتی سے روزمرہ پڑھنے کا نیم باندھ لیں جو اصحاب سنسکرت یا ہندی نہیں پڑھ سکتے انہیں چاہئے کہ مہینہ بھر محنت کر کے ہندی تو کم از کم ضرور ہی سیکھ لیں اور پھر نیم باندھ کر خاص کتابیں وقت مقررہ پر پڑھنی شروع کر دیں۔ محض اردو خوانوں کے لئے میں نے یہ کتابیں اور اور کتابیں اردو میں شائع کر دی ہیں۔ انہیں کو نیم سے روز پڑھ سکا کریں۔ رسالہ سا دھو گیان دھیان کا رسالہ ہے۔ رایت کا جو ہم ہمال دوست مل کر سیٹھ مایا کرو اور گھڑی آدھ گھڑی پڑھ لیا کرو۔ جو میں سمجھنے اپنے یاد بنا کے کاموں میں صرف ہونے ہیں گھڑی بھر ایشور نٹ کتابوں کا ست سنگ بھی کرنا چاہئے جس سے بہتر اور کوئی ست سنگ نہیں ہے۔

پانچویں فصل ایشور پر نذرھان یا تسلیم و رضا

پانچواں باب ایشور پر نذرھان ہے۔ اس کے معنی میں اپنے سب کام ایشور کے حوالے کرنا اور من کرنا ہے۔ ایشور کا جو شہادہ عربی میں اسے تسلیم و رضا

جو مرنے لوثے ہیں سینے لوت کو بیٹھے ہوئے
وہ مرنے کو زیادہ تقریر میں کہہ آ سکے

مطالعے کے جو نامند سے اب نام بیان جوئے وہ ایسے علم اور بد ہی ہیں کہ ان میں
کسی کو انکار نہ ہونی چاہیے۔ نیز وہ ہر قسم کے لٹریچر میں بھی عالم ہیں۔ وہ ہر کی جوت
باندھی ہے مطالعہ کرتے رہنا چاہیے اس میں مطالعے سے مراد وید کا خاص
وقت ہر روز پیرہ کے ساتھ پڑھنا ہے۔ کرم کا لٹری اس کا خاص وقت بتاتا
ہیں۔ بھگوان شنکری جو مطالعے کو ایک بیم قرار دیتے ہیں اور اس کا روز مرہ کرتے
رہنا آدمی کے واسطے فرض بتاتے ہیں۔ اس مطالعے سے بھی وید کا باسا نکلیں
اور یوگ شاستر کا روز مرہ پڑھنا مراد ہے۔ اس میں رمز خفی یہ ہے کہ جو کتاب
روز مرہ پڑھو اور بھگتی سے پڑھی جائیگی۔ اس میں اول تو پڑھنے والے کا
اعتقاد بنانا ہوگا۔ دوسرے روز مرہ کی مزاولت سے وہ مضمون کتاب سمجھ جائیگا
سمجھ جائیگا۔ اور امتداد زمان کے ساتھ معنی نہیں میں ترقی کرتے رہنے سے آخر
روحانی ترقی کے اُن خاص درجے پر پہنچ جائیگا جس کے واسطے مطالعے کا نیم باندھا
تھا۔ تیسرے جو وقت خاص اُس نے مطالعے کا باندھ رکھا ہے۔ ظاہر ہے
کہ شرو وصال سے اس وقت خاص میں صرف مطالعے پر ہی دھیان جمائے گا تو ہولے
ہولے دھیان جملے اور من کو یکسو کرنے کی عادت ہم پہنچے گی۔ جو یوگ میں
بہت بکار آمد ہے۔

یہ تین اصول ہیں جن پر ہمارے ہاں خاص کتابوں مثلاً ویدانت
گیتا وشن دیا کرن وغیرہ کا وقت خاص میں روز مرہ پڑھ کرنا ہونی چاہیے
گیا تھا۔ لوگوں نے بسبب جہالت اصول سے نظر پٹائی ہے۔ کوئی طوطے کی طرح
بشنو سہر نام کا روز پڑھ کر لیتا ہے۔ کوئی گیتا وغیرہ کسی خاص کتاب کا۔

خستہ ہونے پر دل مشتعل ہو کر دیکھ کر دیکھ کر
زندہ دنیا کا رینا ہے بہت آتشیں
تیر کو کرالنا جو دنیا سے جو میں اس میں

اور دنیا میں ہم ٹم ٹم سے تیر کو کرالنا
نہایت کمر کھلی ہے جلد یہ تیر کو کرالنا
تیر کو کرالنا جو دنیا سے جو میں اس میں

جنگل میں لائی ہے خود کو
جنگل کو گلیہ رو کر لائی ہے خود کو

جنگل میں لائی ہے خود کو
جنگل کو گلیہ رو کر لائی ہے خود کو

دل نہ لگنے کی شکایت بھی سنی جانی ہو
مستے عمر والے جو چنگ بھرتی جہاں
لہا بھر و صادم کا ہے آیا نہ آیا اسے عزیز
کیا دھڑ ہے میلہ شغل نہیں انہی بار
بہنیں ہے مشغلہ کوئی تو ہے تحصیل علم
ہاں نہیں ایسے بالوں میں سب سے تاشے کارکن
مح اجباب میں بھی میں بہن جانا نہیں

یہ ہے گریہ جو خود کو لگنے لگنے
کون کہہ سکتا ہے کدک تیر کو کرالنا
وقت فریب ختم ہے کام آئی تیر کو کرالنا
کام آئی تیر کو کرالنا
اس شرافت کی ہے جو کجی کمال کجی
جنگل کو گلیہ رو کر لائی ہے خود کو
کجی کمر سے دوست سیر پاس تیر کو کرالنا

کون جہانے دوستوں میں گب آڑا ہے گلیہ
بک کتب جہاں پاس اپنے دل لگائے کے لئے

رات کو سوئے ہیں سب کہاں تو کیا آدمی
مہرے کمرے میں مگر جلتی رہا کرتی بزم
بہاں تسکین کا ہوتا ہے بد وقت سکوں
ستور و حل سے ہونہیں سکتی توجہ نظر
اس محوشی کے میں ہیں رات کو دیر
لوگ کرنے میں شکایت سب پر جھگڑا
جس شہر چاکر تاجوں پہر دل نکھالنا

کہو کہ وہ ہے کام کا اور رات ہے کام کی
نصف شب سے تیر کو کرالنا
ہر طرف جھانک ہوئی ہوئی ہے گھر میں
شادی سے طع میں جونی بڑا سوچنی
اے کتاب تو تم سے رہی ہے مری دوستی
ہاتھ میں لی سے کتابا زیندگی نے لی
دفن جاتا ہے کہاں آدھ سنہ کنی ہے گئی

تم جو گھر میں کچھ تنہائی میں مونس اور شفیق
دل نگر رہتا ہے تمہارے ساتھ کس کس نام سے
دوست اکتا جائے گی لکڑ گھڑی بھر بیٹھ کر
تم سفر میں اور حضر میں ہومے بے عذر رہو
تم کو افلاس امارت میں نہیں ہرگز نہیں
ساتھ ہی یہ بھی ہے تم یا ان صحبت ہی نہیں

تم ہو یا سرِ خلوت و جلوت میں یا رانِ صدا
نقصا مشیہ تک تم جو ارمیں اور صحبت کما
دوست تم وہ ہو کہ اکتائے نہیں مجھ سے ذرا
پیں تمام کچھ دیووں تم کو یکساں واہ وا
دوستو نہیں کب ملی رہو عداوتی یہ وفا
بلکہ دنیا اور حق کے لیے ہو رہنا

حسن بے منت و احسان ہو تم بالیقین
اور وہ احسان تمہارے ہیں کہ کہہ سکتا نہیں

یاں ہجوم یاں رہنا ہے دل افکار میر
ہے جیسے زندگی افکار اور لاہ
گھر کے دشمن ہیں بہت باہر بھگتے ہیں
یاں یاری کے عوض لینے میں جیسا کہ عام
ہے کبھی حاکم خفا محکوم ناخوش ہیں کبھی
میں بھی انسان ہوں کیلچہ میر تم کا نہیں
اس طرح جب ٹھوکر لیں کھانا ہے دنیا کی ہنسا

کیونکہ دنیا جس کو کہتے ہیں وہ ہے فکر و ناکھ
چہن سے کب بچھنے پاتا ہے یاں کوئی بشر
روزی شادی نمی ہے روز کا ہے خیر و شر
کھینچتے ہیں دور اپنے کو اقارب پیشتر
لے خوشی تجھ کو نکالیں ہم کہاں سے بھوکہ
دل میں چھپتی ہیں یہی باتیں مثال بیشتر
یاں جیسا جاتی ہے دنیا سے دل افکار میر

یاں ہیں یاں آئندہں تمہارے دلفکار
تا کہ حائل ہو دل مضطر کو تن و قسرا میر

طعنہ و تشنیع سے تم ہو میرا بالیقین
کب شہنی تم سے کیسے نہ ملا تم سنجہ بانہ
ناسپاسی کا کبھی تم سے نہیں پتہ خاطر
تم میں اور دنیا کے کوئی نہیں ہوتا چوڑا

تم کیلچہ میں کسی کے چکیاں لیتے نہیں
تمہا کہنے کیسا کیسے پر غضب چہن سر جیں
تم میں جیانی کہیں نہ اور نہ عداوتی نہیں
تم ہو نہ بنا ہیں اگر کسی پر تمہاری نیریں

میتا ہے۔ من میں شانی آتی ہے۔ خیالات کو بلندی اور صفا حاصل ہوتی ہے۔ معمولی ست سنگ یعنی کتھا مارتا اور سا دھو سنگ شکل سے نصب ہوتا ہے مثلاً رامین ہی کو لیجے۔ اگر کہیں کتھا بیٹھی ہے تو تکلیف کر کے روز جانا کٹھن کام ہے۔ آدمی روزانہ محنت سے گھبراتا ہے۔ وہاں خیر جنس ہیں۔ تو ان کے پاس بیٹھتا ہوا بچکراتا ہے۔ چڑھاوے کا خیال بھی سنا ہے۔ پھر پنڈت کتھا منی کے مطابق کہے یا نہ کہے اور اسکے کہنے میں رمنے یا نہ آنے بد

ہاں بازار سے رامین لے آؤ۔ وقت مقرر کر لیا نہ کرو۔ جب جی چاہے پڑھ لیا کرو۔ اور تمہیں مہاراج تسلی اس جی کا ست سنگ میسر ہے۔ اس طرح وشت منی کا ست سنگ میسر ہے۔ اپنشتروں کے رشتوں کا ست سنگ میسر ہے۔ غرض جہاں جاؤ اور جب چاہو اور جس شاستر کار کا چاہو۔ اسکی کتاب کے وسیلے سے اسکے ساتھ سب سنگ کر سکتے ہو۔ جو لوگ کتابوں کو مردہ گوروتنا تے ہیں۔ وہ غلطی میں ہیں۔ کتا شکل معلوم ہو اگر قتی ہے اور اسکے بعض اعتراضوں یا دقتوں کا جواب بے فکر نہیں ملتا۔ مگر جہاں کچھ عرصے کی مزاوت سے راستہ صاف ہو گیا تو کتاب زندہ گورو سے بھی بڑھ کر کام دیتی ہے۔ میں یہ چھتا ہوں آج کل وہ زندہ ست سنگ کو لے کر آئے جہاں آئینہ گیتا واسٹھ وغیرہ کی تعلیم سے بہتر اور زیادہ زندہ تعلیم آدمی حاصل کر سکتا ہے۔

یس اگر یہ چاہتے ہو کہ گھر بیٹھے یا تکلیف و تکلف نہیں ہر طرح کے فائدے سے بھی چرہ پیچھے اور شافی اور دلچسپی و تفریح کے سامان بھی ہتیار ہیں تو تم مطالعہ کا خاص وقت ضرور بالضرور مقرر کرو اور اس وقت سب کام چھوڑ کر ضرور بالضرور مطالعہ کیا کرو۔ شاعر بھی امور ذہن میں رکھ کر مطالعہ کی نسبت کہتا ہے۔
تم کو اسے میرے کتا جو مر جیا صدر مر جیا |
میر نہیں سکتا تو برا شکر احساں میں ادا

جس فلم کسی یا اس سے پہلے یہ سبہ تو میں مجھ کو غر جیس کی ہفت میں پیشہ ہوا
 جو نہ تو خوشگوار سبہ نہ جیس کسی فلم کا ناکارہ دسے سکتی ہے۔ اس کے رنگین سب
 کوئی لٹلے درپتہ کی گنا جیڈ پڑھ رہے ہو تو یوں بگو کہ ایک ایسے عالم شخص سے ہم کلام
 ہو رہے ہو جو تمہارے خیالات کو ادنیٰ اٹھا سکتا ہے۔ عقل اس قدر لال کو دیکھتا ہے کہ قلب
 سے لے کر سانس تک ہر بات سے متاثر ہر طرح سے کہ وہ شاعری محنت ہے جو علم و استعارہ
 ناکارہ ہے۔ جب وقت فلم کی زندگی میں ہوتا ہے تو اس کے سببوں سے ہم کلام ہو رہے ہیں
 کہتا کہ اپنے گریٹ ہر اوہلوں کو اس اور جن کا مکالمہ سنتے ہو۔ جب لوگ اس محنت
 یا زامین کیا مطالعہ کرتے ہو تو ہر قسم سے اس محنت سے کان بکا اور بہا راج تلسی اس جن
 سے ہم جتنی کہ اس وقت پہنچے ہو۔ یوں ان بہا راجوں کی محنت پسند ہے۔ مافوق گوپیوہ
 جو اس میدان کی جن کی باتوں میں نہ کوئی عقل کی ذلت نکلتی ہے۔ نہ لطف مخفی کا
 پس کشا یوں کو کشا ہیں نہ کہو۔ ہر پڑا ہوا ہی سب سنگ سبہ۔ جو ہاں تمہارا
 دامنہ علم پہنچ ہوتا ہے۔ تجربہ بڑھتا ہے۔ عقل میں علا آتی ہے۔ پیشگی کاسمان

مال قدر ہیں اسالی جو نیت ہے
ہم بنا دیتے ہیں جہانک کی کیفیت ہے

فقیر مہر کے یاس جن میں اسباب و بدانتیروت کرے کے لئے آ کرے میں۔ میرا
تقاعدہ اکبر ہے کہ بحث کرنے سے پیشتر باقوں! انوں میں قول بہ درجہ مت
کر لیا کرتا ہوں کہ و بدانت میں کو جینے والے کی واقفیت کتنی ہے اور اس نے پڑھا
کیا کیا ہے۔ اکثر یہی معلوم ہوا کرتا ہے کہ کچھ بھی تحصیل نہیں ہے۔ محض شہنشاہ اور اس کے
و لئے بحث چہرہ ہی ہے۔ ایسے شخصوں سے میں ہمیشہ کہہ دوں گا کہ ہوں کہ بحث و

جواب یہی ہو گا کہ میرے نہ کچھ بڑھا ہے نہ کچھ سوچا ہے۔ صرف کل مچانا اور دوسرے کو بڑا بھلا کہنا ہی۔ کیا ہے اور خاک نہیں۔

ایک تو اس قسم کے عمل مچانے والے کثرت سے ملتے ہیں۔ دوسرے وہ ہیں جو دین اور شاسن پر اچیرن دھرم میرا نے آچار یا دوشیوں میںوں کا عمل مچاتے پھرتے ہیں۔ ان کا شمار بھی محض کل مچانے والوں ہی میں ہے۔ نہ انہوں نے دین اور شاسن کو بل کر دیکھا ہے۔ نہ میرا نے آچار یوں کی تعلیمات پڑھیں اور پکاری ہے۔ اس واسطے جہاں یہ لوگ، ارباب علم و عقل کی صحبت میں کچھ بولنے کی حرمت کرتے ہیں۔ وہیں اپنی عدم واقفیت و عدم سبب دلائل اور بے سرو پا باتوں سے خفت اٹھاتے ہیں۔ مطالبے سے علم پڑھنا ہے۔ علم سے عقل بڑھتی ہے۔ علم عقل و دلوگی برکت سے نیت اعمال میں صفا آتی ہے۔ جہاں طالب علم نہیں وہاں کیا خاک ہونا ہے۔ ہندوستان قدیم الام سے دھرم بھوجی مشہور ہے۔ انوس ہے کہ آجکل بے علمی و جہالت نے اس کا کیا رنگ کر دیا ہے۔

ساتھ ہی ملتے تھے ملتے تھے جہاں علم و عمل چوسائے کہ کیا کرتے تھے حکمت کے اصل کیا ہوا ملک سے وہ تشریف لے گئے۔ بل جتنی گیتوں سے تھے یاں کے متبرک جنٹل ایکسٹیم ہو کہ مطالبہ ہی نہیں ہر تہہ حل کہ نہ تھے جس دھوانی سے کچھ پڑے و ششابل نہ تھے بل کے لیے جو تھے و ششابل جب نہیں کیے تو حال ہو جیلا کیونکر نہیں اور فقط نام یہ ظاہر ہے کہ یہ باہر کے بل

حیف وہ ملک جہالت نے کہا مشاغل اپنی لافنیاں جہاں کر کے کھانے تھے کیا کیا ہوا ملک سے وہ شاسن و نیک پرچار وہ رشی اور مہرشی نہیں کیوں ملتے اس ایک وہ تشریف لے گئے کہ کچھ دفتر بل بند کیوں ہو گئی انوس و دین و دھوانی بند کیوں ہو گئی۔ وہ آئندہ لوگ کی تعلیم وہ ہوں کیا ہو۔ اور کیا ہو گئی تھی نام ہی شاسن و نیک اب باقی ہے

انتہائی زیادہ تم عقل سے کام لے سکو گے اور تیل چمکتا رہے نہ بجے پر پتھر سکا گے۔
 آج کل ایک عجیب تماشہ ہمارے ملک میں ہو رہا ہے۔ شفقہ پشیمانی ساجیس
 اور سبھا میں ہر جگہ پیدا ہو رہی اور بڑھ رہی ہیں۔ ان کے مہر زیادہ تر انگریز
 خاں ہیں۔ جن کے خیالات غیر ملک کی زبان پڑھ کر بدلتے ہیں۔ یہ ایک
 قدرتی اور بدیہی امر ہے کہ جب دو قوموں میں باہم میل جول ہوتا ہے تو ایک
 اثر دوسری پر ضرور پڑا کرتا ہے۔ یہاں تک کوئی حرج نہیں ہے۔ حرج
 اس وقت واقع ہوتا ہے جب معمولی تعلیم کے نوجوان جن کی تحصیل کا احاطہ امتحان
 مٹل یا انٹرنشس سے نہ ہوا ہو متجانہ نہیں۔ اور اگر ہے تو محض ادبی ہے نہ ہنسی
 وہ مہروں پر گھر گھر اپنے ملک کی ہر ایک بات کو بتاتے ہیں۔ اپنے پڑنے
 لکھنے سے نفرت کرتے ہیں۔ اپنے پڑانے اچاریوں پر مٹہ آتے ہیں۔ اپنی پرانی
 رسم و رسوم طریق عبادت و ریاضت، مذہب و اعتقادات کا تسخیر کرتے ہیں۔
 اور خوش ہوتے ہیں کہ ہم بڑی ہی لیاقت کا کام کر رہے ہیں۔ شاید ان کے ہم کیا ہم تحصیل
 اور ہم خیال لوگ ان کی باتیں لیاقت کی باتیں سمجھیں مگر جن لوگوں کو علم ہے اور جنہوں نے
 علم سے عقل کو جلادی ہے وہ اس بازی خطا میں نہ ہنسا کرتے ہیں اور ان کے گھر ویران کی
 تحریروں کو نگاہ حقارت و نفرت سے دیکھا کرتے ہیں۔
 کیا اچھا ہوا اگر یہ کم تحصیل پر جوش نوجوان اچاریہ بنے اور گہر و غلط کرنے کی بجائے درجہ
 طالب علمی میں ہی رہیں اور مطالعہ سے پہلے اپنا علم اور تیجھے اس علم کی مدد سے اپنی عقل
 بڑھائیں۔ اس سے کتنا ہونے کا نفع چانے والوں سے اگر ان کے دوست بے تعلقی کے
 ساتھ گھڑکی تہنائی میں پونچھیں کہ جن مضامین پر تم سبھاؤں میں گہر بازی اور رسالوں
 یا اخباروں میں مضمون نگاری کرتے بھرتے ہو۔ ان کے متعلق کیا تو لکھتے ہو تم نے پڑھا
 ہے اور نچلی و ترکیب اور تجرید و محابہ میں اور سوچ بچار سے کتنا کام لیا ہے تو

تھیں اور تھکے تھکے رہ جاتے ہیں لوگوں نے عربوں کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا ہے۔
 ایک شخص تہذیب و تمدن میں درپردہ اور سچے سچے حب ایک کتاب کو کہتا ہے۔
 دوسرا وہ ہے جو تہذیب و تمدن میں ہوئے حب تیسرا ان ملک و قوم میں یا ان میں
 ہوئے حب اور پورا دنیا کی میں ہوئے حب۔ انہوں نے اپنی عمر میں
 صرف ایک ایسے تجربہ کار عالم کو ملے تھے۔ کج میں ملی میں بیٹھا ہوا چاروں کی
 کتابیں اپنی آرام گاہی پر دراز ہو کر پڑھنا ہوں اور ان کے دماغی کے تجربات
 اپنے بنا۔ یا ہوں۔ اس سے بڑھ کر اور کمال کا نہ ہو سکتی ہے۔ کہ
 مختلف زبانوں اور مختلف ملکوں کے دانوں کا تجربہ مجھے بلا تکلیف سفر۔
 بلا خرچہ اور بلا محنت مفت حاصل ہوتا ہے۔ یہ مطالعے کی برکت ہے۔
 پھر یہ دیکھئے کہ عقل کا انحصار علم حاصل کردہ پر ہے جب قدر آدمی کے
 گروہ میں واقعات زیادہ ہونگے اس قدر اسے عقل و ترکیب اور تجربہ و مقابلہ
 کے موقع بھی زیادہ ملینگے۔ یہی عقلی ورزش کہلاتی ہے۔ جتنی ورزش زیادہ
 ہوتی ہے اس قدر عقل بھی اسی طرح بڑھتی ہے جس طرح جسمانی ورزش زیادہ
 کیجئے تو جسم قویٰ و مضبوط ہوتا ہے۔ اس ورزش عقلی کا مصالحہ مطالعہ ہم پہنچاتا
 ہے۔ مطالعے سے وہ اسباب آدمی کو ملتے ہیں جن کی مدد سے عقل اپنی
 حایشان حالتیں بنا کر کھڑی کرتا ہے۔ میرے دوستوں بہ زمانہ سائنس کا ہے
 اور اس میں تجربہ اور مشاہدے کی سخت ضرورت ہے۔ عرصہ زندگی تھا بت
 قیاس ہے۔ اس میں تجربہ و مشاہدے کی جو مقدار کوئی جمع کر سکتا ہے وہ عقلی
 محاطات کے لئے ہرگز ہرگز کافی نہیں ہے۔ اس واسطے عقل کی تیزی و ترقی
 درکار ہے تو اوروں کے مشاہدے اور تجربے سے جو ان کی کتابوں میں قلمبند
 ہیں نامکمل و جتنے واقعات و تصدیقات تمہاری گروہ میں زیادہ ہونگے

جہاؤں گا۔ من کی صفائی ہم چچاؤں گا۔ ان ہاتھوں کی دھو کر کے دھوئے پھر سیر و فی
ساد من بھی چاہئیں۔ وہ بہ ہیں کہ صبح دریا پر جا کر استن کر آئے۔ کھانا پھیل نکھایا
صرف یہلا مار کیا یعنی بہن کھائے با دو دنی لیا۔ ان اصول پر برت قائم کئے گئے تھے
نیم سے آدمی انہیں کچھ عرصے کرتا رہے۔ تو اس سے متضاد جوڑوں یعنی گرمی سردی
و کچھ شکہ سہنے کی عادت پڑ گئی۔ اس ان سے بچل ہونے نہ یا سبگا۔ دھبان جانے
کی مشق ہوگی۔ چشت کی صفا ہم شریکی اور آخر کو وہ بگ یعنی سادھی کا اور سکاری چچا

چوتھی فصل۔ سواو چپاے یا مطالعہ

تین ہم صفا قناعت اور تپ بیان ہوئے۔ اب جو تھے نیم یعنی مطالعہ کو لیا جاتا
ہے۔ بہ وہ چیز ہے کہ اس پر ہادی دھرم کی کتابوں میں بہت ہی زور دیا گیا ہے۔
کہا ایتھ یعنی وید کیا پورا نہیں اور سمرتیاں اور کیا درشن سب مطالعے کو فرض نہیں
بتاتے ہیں۔ آج کل سستے لٹریچر کا زمانہ ہے۔ پرائیویٹ اور پبلک کتب خانے
جا بجا کھلے ہوئے ہیں۔ لورڈ اور امر کہ کے تو گانوں گانوں میں ربڑ بنگ روم
ہیں۔ اب ہندو سنان میں بھی بڑے بڑے شہروں اور قصبوں میں کھل گئے
ہیں یا کھلتے جاتے ہیں یہی اس بات کا ثبوت کمال ہے کہ مطالعہ آدمی کے
واسطے اہم چیز ہے۔

تخصیل علم کے فوائد ایسے بدیہی ہیں کہ ان پر خامہ فرسائی کرنی لا حاصل ہے۔
کون نہیں جانتا کہ علم سے آدمی کا دائرہ واقفیت وسیع ہوتا ہے۔ اور اس سے
گھر بیٹھے بلا کشش و کوشش ان تجربات مفید سے آگاہی حاصل ہوتی ہے جو مختلف

کرنا رہے ؟

من کی تپ کے متعلق پہنچ باتیں بتائی گئی ہیں۔ ان میں آواز خود مندل رہتا ہے یعنی فکر و افکار اور ریچ و غم کے خیالات کو طبیعت پر حاوی نہ ہونے دینا بلکہ انہیں ہٹا ہٹا کر خوشی کے خیالات من میں بھرنا۔ دوسرے شانت رہنا ہے یعنی من کو جھپٹل نہ ہونے دینا۔ اضطراب و بیقراری سے نہ گھبرانا بلکہ ان خیالات اضطراب سے من کو خالی کرنا اور شانتی بہم پہنچانا۔ تیسرے ضبط نفس یعنی من کو بشیوں کی طرف و وڑنے سے روکنا ہے۔ چوتھے خاموشی کا برت دھارن کرنا ہے۔ یعنی زبان سے کچھ نہ بولنا اور من کو دھیان میں لگائے رکھنا۔ یہ تینویں کا برت ہے جس سے من مستعد ہو کر آتا ہے۔ پانچویں صفائی طبیعت کا برت دھارن کرنا ہے یعنی من میں بُرے خیالات نہ آجائیں اور اسے میل نہ کریں۔ ملکہ مستعد دھارنا کی نہ ہی ہوتی رہے۔ اسکا مفصل بیان پہلے دو نمبروں میں دیا جا چکا ہے۔

یہ من ہانی اور کرم کی تپ ہے۔ یہ من ہانی اور کرم کے برت ہیں۔ ناظرین تم بند ہو۔ ہندوؤں میں بعض خاص خاص دن برت رکھا کرتے ہیں بعض تیرپو اور کتبوں یا تہواروں پر۔ ان برتوں کی اصلی غرض لوگوں نے نظر انداز کر دی ہے۔ برت کے معنی رُج کل یہ رہ گئے ہیں۔ کہ جو کھانا روزمرہ کھایا جاتا ہے وہ نہ کھایا۔ اس کی بجگہ کوئی خیر معمولی کھانا کھالیا اور بس۔ برت یہ نہیں کہلاتا۔ برت یہ معنی ہیں کہ جس روز نہیں برت رکھنا ہے۔ رات کو سونے سے پہلے عہد کر دے کہ کل میں ہاتھ یا نون سے لوگوں کی خدمت کرونگا۔ اور ست سنگ سادھو سنگ یا کتھا باسند میں جاؤنگا۔ زبان سے کسی کو بُرا نہ کہوںنگا۔ سچ بولوںنگا۔ بھلائی کی باتیں بولوںنگا۔ سنا ستر پڑھوںنگا۔ من میں بُرے خیالات نہ لاؤں گا۔ جیٹھ کر دھیاں

گیان سیکھو۔ تمہاری خدمت سے خوش ہو کر یہ تہیں سب کچھ بتائیں گے۔ تیسرے اور سب لوگ ہیں۔ جنکے ساتھ تمہیں خاکساری برتنی چاہئے یعنی حسب طرح ہوسکے ضرورت کے موافق جھک جھک کر انکی خدمت کرنی چاہئے۔

خدمت کے علاوہ جسم کی تپ میں تین باتیں اور بھی شامل ہیں۔ ایک تو صفا کا ہم پہنچا نا ہے جسکی تشریح دوسرے نیم میں دی جا چکی ہے۔ دوسرے ہم پھرج ہے جسکا مفصل بیان ہموں میں آچکا ہے۔ اور تیسرے اہنسا ہے یعنی جسم سے کسی کو تکلیف نہ پہنچانی۔ یہ بھی میوں میں مفصل طور پر بیان ہو چکی ہے۔ اسلئے ان تینوں کی یہاں شرح کرنی ضروری نہیں ہے۔ جو ان سب باتوں کا برتن دار کرتا ہے اور عہد کر کے روزمرہ انکو اپنا عمل درآمد بناتا ہے۔ وہ جہانی تپ کر رہا ہے نہ کہ وہ جاہل جو ادنیٰ جانہ کئے دریا میں کھڑا ہوا ہے۔

بانی کی تپ کے متعلق بھگوان یا رب باتیں بتاتے ہیں۔ کلام دل دکھانے والا نہ ہو پتچا ہو۔ بھلائی کا ہوتین تو یہ ہوئیں۔ جو تھی تپ یہ ہے کہ زبان سے آدمی ویہ اور سنا ستر پڑھا کرے۔ یہ چاروں کی چاروں نہایت ہی صاف الفاظ میں بیان ہوئی ہیں۔ نیز پہلی تینوں کی نسبت میں میوں میں بھی اور پچھلے دو نیموں میں بھی بہت کچھ لکھ چکا ہوں۔ اسلئے ان سب کا یہاں اعادہ نہیں کرتا۔ رہا وید اور شاستر کا پڑھنا۔ اسکا مفصل بیان چوتھے نیم میں آئیگا۔ اسلئے اسے بھی چھوڑتا ہوں۔ بانی کی تپ کے متعلق خلاصہ تعلیم یہ ہے کہ ایسے الفاظ نہ بولو جن سے دوسروں کا دل دکھے۔ بتعلیم منفی ہے۔ مثبت یہ ہے کہ جو بات لولو ایک تو وہ سچی ہو اور دوسرے اس سے سستے والے کا بھلا ہو یعنی صدق دل سے اسے ایسی نصیحت کرو جس سے اسکا کام سہل ہو اور وہ تمہیں دعائے خیر سے پاؤ کر رہا ہے۔ زبان کی جو تھی تپ ایسی کتابوں کا پڑھتے رہنا ہے جن کے وسیلے سے آدمی اخلاقی اور روحانی ترقی

ضمن میں کہتے آئے ہیں۔ تب بھی نین طرح کی ہے۔ یعنی کرم بانی اور من کی۔ انکی توضیح کے واسطے گیتا کے سلوکوں کا ترجمہ میں ذیل میں درج کرتا ہوں۔ یہ میری کتاب لغتہ رحمانی مشرچ سے لیا گیا ہے۔

دیو برہمن اور گورو کی یوجا : یوجا گیتی کی خاکساری وصفا
بے آزاری و بیوہم شرج لے اجن : کہلاتی ہے تپ جسم کی رکھ یاد سد

ایسا ہو کلام دل کسی کا زڈ کے : سچا ہو بھلائی کا بتائیں سب سے
یاد دہ کے و بد و خاستر کا پڑھنا : بانی کی تپ ہے نو گرا سکو کچھ

خوشدل ہونا کہ شانت رکھنا سکی : کرنا ضبط نفس کہ چیکا رہنا
ہر دم رکھنی صفائے طینت بھی : کہتے ہیں من کی تپ اسے اصل صفا
کرم کی تپ کا تعلق جسم سے ہے جسم کو بیچ لگی تپ کر یا سرو بانی میں گلا کر تکیف ناٹھاؤ
یہ تپ نہیں کہلاتی۔ بلکہ جیل پھر کر جسم کو کام میں لاؤ۔ اہل حاجت کے کام آؤ۔ دوسرے
دیکھ ہر دیوتاؤ۔ غرض جو اعضا نہیں ملے ہیں ان سے خدمت کرو۔ بھلا کس کی؟
سکھوان ہتھ تھے ہیں۔ اول دیوتا کی۔ اس کے یہ سنی ہیں کہ عہد کر کے ہر روز اپنے تہہ کے
پیرتہ میں نہا آیا کرو۔ اسٹ دیو کے درشن مندر میں کر آیا کرو۔ وقت مقررہ یہ
اسٹ دیو کا وجہان کیا کرو۔ یہ دیوتا کی خدمت ہے۔ دوسری خدمت آدمیوں کی
ہے۔ ان میں اول درجہ گورو کا ہے جس سے صرف تمہارا تعلیم دینے والا آ جا رہی
مراد نہیں ہے بلکہ ماں باپ اور سب بزرگ مراد ہیں۔ ان کی خدمت کو اپنی سعاد
جانو۔ اتھے یا نوں کا پھل یہی ہے کہ ہم بزرگوں کی خدمت کریں۔ پھر برہمن اور
گیتی لوگ ہیں جنکی خدمت غرض عین ہے۔ ان کے ست سنگوں کا جاؤ۔ ان سے

کام معنی دھیان وغیرہ میں مصروف رہے۔ تیب کی بہ ماہیت ہے اور نہ غرض ہے۔ ہرٹ یوگیوں نے اس کو انتہا پر پہنچا دیا ہے۔ اس سبب سے تیب کے اصلی فائدے سے محروم رہتے ہیں اور عقلی یا بدی سے صرف تکلیف ہی تکلیف اٹھاتے ہیں، کسی درجے پر پہنچے نہیں پاتے۔ اس کے برعکس تیب تو وہ لستہ درجے کا عمل ہے جس سے آدمی فضائل اخلاقی میں بتدریج ترقی کرنا چاہتا ہے اور آخر کو ایسے درجوں پر پہنچتا ہے کہ سب سے اونچے ہیں۔ مہاراج تلسی داس تیب کی تعریف اس طرح کرتے ہیں :

سب کے من کو بہ من بھاوا + تیب سکھہ سرو دکھ دوش نشاوا
تیب بل ریچہ پرنچ پدھانا + تیب وشنو سکل جگ تراتا
تیب بل شہو کر میں سنگھارا + تیب شیش دھرم میں مہی بھارا
تیب ادھار سب پرستی بھوانی + کر ہو جائے تیب اس جہے حالی

اسکا مطلب یہ ہے کہ تیب سکھ کے دینے والی اور دکھ کے ماس کرنے والی چیز ہے۔ تیب کبل سے برہاجی جگت رچتے ہیں۔ تیب کے بل سے وشنو مہاراج جگت کھانسی کرتے ہیں۔ تیب کے بل سے شیو جگت کا سنگھار یا ناش کرتے ہیں۔ تیب کے بل سے شیش ناگ زمین کے بھاری بوجھ کو سہارے ہوئے ہیں۔ غرض تیب وہ چیز ہے کہ اسی کے سہارے تمام کائنات قائم ہے۔ اس واسطے تیب کرنی چاہئے :

مگر کون سی تیب کرنی چاہئے اور کس طرح کرنی چاہئے ؟ ماسی تیب جہیں ضد اور ہٹ یا اوروں کی مضرت رسائی کی غرض سے جسم کو تکلیف دی جاتی ہے اور راجسی تیب جس سے دنیا دکھاوا اور نام و شہرت مطلوب ہے کرنے کے لائق نہیں ہیں کیونکہ کسی درجے پر نہیں پہنچائیں بلکہ فائدے کی بجائے نقصان دیتی ہیں۔ ان کا خیال چھوڑو۔ تم وہ تیب اختیار کرو جو حقیقت میں فائدہ بخش ہے۔ جسے ہم اور نیو کے

دلی ارادت سے بہ مصرت رساں تپیں کرتے ہوں اور آدمی چونکہ اعتقاد کا
تیلہ ہے۔ انہیں پیل بھی ملتا ہو۔ مگر نہ سلیوں تاشوں کی نمائش اس بات کی
صاف دلیل ہے کہ بہ تب دنیا دکھا دے کی تب ہے اور روٹی کمانے کی
ایک طریقہ ہے۔ جو اور طریقوں سے چونکہ بہت مختلف ہے۔ اس واسطے لوگوں کو
تیب کرنے والے کی طرف کھینچتا ہے اور وہ آسانی سے تھوڑے عرصے میں
بہت سارے سود پیدا کر سکتا ہے۔

ان دکانداروں سے قطع نظر کی جائے۔ اور ان لوگوں کو لبا جائے
جو دکھاوے اور روٹی کمانے کی غرض سے نہیں بلکہ صافی عقیدت سے اس
قسم کی تپیں کرتے ہیں۔ تو بھی عقل تسلیم نہیں کر سکتی کہ جس عمل سے جسم کو تکلیف
دی جا رہی ہے وہ دھباں جانے کا ذریعہ وسیلہ بن سکتا ہے۔ جسم کو
تکلیف ہے تو برتی اس تکلیف پر جائیگی دھباں کیونکہ جسم سکتا ہے۔ مانا کہ سق
یہم سے یہ تکلیف کم بے شک ہو جائیگی۔ مگر یہی ضرورہ۔ ابھاس کے وقت
کم مہی اور رفتوں میں زیادہ ہوگی۔ اور یہی ترقی کا وسیلہ بننے کی بجائے
الٹی رکاوٹ ثابت ہوگی۔ اسی واسطے سمجھار لوگ اس طرح کی تب نہیں
کیا کرتے بلکہ انہیں دکانداروں یا ضدی پٹیلے لوگوں پر چھوڑتے ہیں۔
نہ راج لوگ جس کی تعلیم بھگوان پنجلی دیتے ہیں۔ نہ عمرید بھگوت گننا
میں جہاں بھگوان کرشن لوگ اور تب کا مضمون اٹھاتے ہیں۔ ان میں
کی تعریف کی گئی ہے۔ گیتا میں تو انہی انکی مذمت کی گئی ہے تاکہ لوگ ایسا
کرنے میں نصیحت اوقات نہ کریں۔ بھگوان کرشن تب کا ذکر کرنے ہو کہ تپ
جسکا ہے جہاں یہ عقیدہ ہوتا ہے اور کرنا ہے تب نہیں ہو کہ اسکی
یا اور انکی آثار رسائی ہے غرض یہ سب ہے نا سب یہاں کہلاتی

لئے ہو گا۔ اور آخر سادھی یا لوگ کے ادھکاری بنو گے۔ میں پہلے کہ چکا ہوں
کہ اگر آدمی سوچنے والا ہو تو اسے اپنے گرد و پیش قناعت کے وہ اسباب نظر آئیں گے
کہ کچھ کہا نہیں جاتا۔ اسی مضمون پر ذیل میں ایک نظم درج کرتا ہوں۔

ہم نے مانا کہ ہم اسے دل نہیں دلت والے دہر میں اہل دول ہی نہیں قسمت والے
کمال میں مست ہیں ہم وہ میں اگر مال مست مال والے ہیں وہ ہم صبر و قناعت والے
کیسہ زریہ رہتے ناز و بارک ان شو اور یہ فخر کہ میں دولت و شہت والے

شکر کی جا ہے نہیں ہم بھی شکایت والے

ہم نے مانا کہ نہیں پاس ہمارے زر و مال جتنا دیتا ہے خدا رہتے ہیں خوش حال
حاجتیں جتنی ہیں پوری وہ کھو جاتی ہیں اور آنے نہیں پاتا کبھی خاطر یہ ملال
ہم کو مل جاتا ہے سہ حسب ضرورت ہر روز کام رکتا نہیں ہے فضل خدا کمال
کیا طالب اور کس حق سے ضرورت والے

ہم نے مانا میں کہتی نہیں دنیا زردار ایک زردا ہی دنیا میں نہیں خوش زہار
حاجتیں تھوڑی ہیں انسانی اگر غور کرو اور بے حد و نہایت ہے ہوس کا طومار
مال پا کر ہوس مال فزوں ہوتی ہے مال کا ہے ہوس و حرص مال لے ہستبار
حصہ والے ہیں ہم اور شکر کے سہرت والے

ہم نے مانا کہ خزانہ نہیں اپنا معجور ایک خوش رہتے ہیں ہم اور نہایت مسرور
جسکو کہتے ہیں امیری متعلق ہے بہ دل کہہ دو زردار سے ہوزیر نہ ہرگز مغرور
حوصلہ گر نہیں تو دعویٰ دولت ہے بحث حوصلہ گر ہے تو مفلس کن ہے سب کچھ مقدور

ہم میں ہے حوصلہ میں اس لئے برکت والے

ہم نے مانا کہ زرو مال ہے کم پر کیا غم آنے دیتے نہیں ہم پاس کبھی رنج و الم
حوصلہ رکھتے ہیں ہمت یہ بھروسہ ہیں محنت کر کے کمال لائیں دام اور درم

اموت آئینگی ایک روز مہراجے ۱۰ لے جاو گے شیشہا نہ کند ہے پٹیل

رہتے کیوں خوار اسل و سالی میں + سینے کیوں بہر مال یا بالی میں
جبائے تو دونوں تھ خالی تھے مہر + سجا بھنگے دنوں ہاں میر خالی تیا
جب صورت حال یہ ہے تو حطام دنیوی یا ساز و سامان دنیوی کسے ہم پہنچے
میں اتنی بے صبری اور بے فداغی کیوں ہے۔ کسوں وف خرم اور مگر رانی
کو ان چیزوں کے جمع کرنے میں صرف کر رہے ہوجن میں سے ایک بھی نہ
نہیں جلیگی۔ فناعت سے کام رکھو فناعت سے۔ امیر وہ نہیں کہلا ناجس کے
باس روپیہ بہت ہے۔ امیر دل کے امیر کو کہتے ہیں۔ اگر ایک شخص کر دے
ہے اور اس ہوس میں مارا مارا پھرتا ہے کہ روپے کے اور دیکھتے بھروں
نہیں اسکو ٹکڑا کر دے مگر سمجھتا ہوں۔ اس کے برعکس ٹکڑا کر دو روٹیاں مانگ کر
لاتا ہے مہر فناعت سے بٹھ کر کھاتا ہے اور اس میں سے ادھی کسی اور غریب کو
بھی دیدینا ہے تو حقیقت میں امیر یہ ہے۔ دنیا میں دولت ہے تو اس فناعت
شاعر کہتا ہے۔

زردار کو گر اور ہے دولت کی ہوس + اور صابر و شاکر ہے گدائے بس کس
اے مہر امیر ہے حقیقت میں گدا + دولت دنیا میں ہے فناعت اور بس
پس اگر کم نہ چاہتے ہو کہ تمہاری زندگی خوشی اور شادی کی زندگی ہو۔ طبعیت بہر اور
و مضطرب رہے۔ کیسوی اور سناپی بہم پہنچے تو ہوا و ہوس کے خیالات چھوڑو۔
ساز و سامان دنیوی کے تجھے مارے مارے نہ بھرو جو کچھ ٹھوڑا بہت پاس ہے
اُس پر صبر و فناعت کرو۔ اس سے من میں تسکین و طماننت رونما ہوگی تیری
جلوہ دکھائی۔ دھبہ ان لگانے کی قابلیت بہم پہنچگی۔ چٹا کے میر ساد کا مرحلہ

اور عجز و مالواری سے اپنے من کو مضطرب نہیں کرونگا۔ بلکہ بدوش کر کے ساتھ بیٹھا رہوں گا۔

بچے سود نک و دو کے تو چکر میں ہے۔ ل جائیگا جو تیرے مقدر میں ہے۔
 بنے جاتے ہیں دکار کسان تقیر۔ باہر ہے کہ مہر آدمی گھر میں ہے۔

بے صبری سے نہ ہاتھ کچھ آئیگا۔ رکھ کام قناعت سے کہ پہلج جائیگا
 جو اور کا ہے اسکی ہوس من کر مہر۔ جو تیرا ہے وہ تجھ کو مل جائیگا
 اگر آدمی یہ حالت نفس ہم پہنچالے تو کیسی خوشی اور شنائی کی زندگی بسر سکتی
 ہے۔ مگر دنیا ہے کہ ہوا و ہوس کے خیالات میں پریشان ہے۔ لوگ ہیں کہ
 مار سے مار سے بھرتے ہیں۔ جدھر دیکھو بے صبری ہے۔ بے قناعتی ہے۔ ایشائتی
 ہے۔ ایک کو ایک دیکھ کر حیا مارتا ہے۔ ایک کو ایک کھائے جاتا ہے۔ بیٹہ کیا ہے
 بیچ بالکل بیچ۔ جب تک جیتے رہیں نہ کرو افکار۔ بیچ و غم۔ بغض و حسد کے شکار
 رہتے ہیں۔ آخر ایک دن آتا ہے کہ نثارہ کوچ پر چوب بڑتی ہے اور ناکام
 بے بل مرآم یہاں سے چلے جاتے ہیں۔ کہا مرنے کے بعد انکو شکستہ اور شنائی
 نصیب ہوگی۔ تم خود شیخ سکے ہو کہ جن لوگوں کی زندگی اس کاوش و کاہش
 میں گزرے۔ ان کا مرنے کے بعد کیا حال ہوگا اور پھر جو یہ اس دنیا میں آکر
 جنم لینگے تو آئندہ جنم کنسا ہوگا۔

اے لوگو میں تم سے پوچھتا ہوں کہ جب تم پیدا ہوئے تھے تو کیا ساندو
 مٹا مان ساتھ لائے تھے۔ بھائیو سوچو اور خوب سوچو۔ کہ جس طرح خالی ہاتھ دنیا
 میں آئے تھے اسی طرح ایک روز یہاں سے خالی ہاتھ چلے جانا ہے۔
 اے اہل ہوس مہر کا تم سے پوچھنا۔ سوچا بھی ہے مال کا بھی تم نال

کیوں ہے اور دوسرے میں کم کیوں۔ پھر پیدا ہونے میں تو کوشش نہیں چلتی۔ ایک بچہ مریض کیوں پیدا ہوتا ہے اور دوسرا تندرست کیوں۔ ایک امیر کے ہاں کیوں پیدا ہوتا ہے اور دوسرا غریب کے گھر کیوں۔ اسکا جواب اسکے سوا اور کچھ نہیں ہے کہ پہلے جنم میں جس نے جیسے کرم کئے ہیں۔ اس جنم میں اُسے ویسے ہی بھوک مل رہے ہیں۔ پھر شکوہ و شکایت کیسی۔ صبر و شکر کرنا چاہئے۔ واہ کیا ہی حیرت کا مقام ہے :-

پرار بڑھ پہلے مٹی۔ پاچھے بنا ستر پر

نلسی یہ اشچرج ہے۔ من نہیں باءھے چہر

میرے دوستو۔ فرض کرو کہ تمہارے پاس ایک لوٹا ہے۔ اب کلسے میں سے اس میں پانی بھرو۔ یا کنوئیں میں سے۔ یا دریا میں سے۔ یا سمندر میں سے اس لوٹے میں تو جتنی گنجائش ہے اتنا ہی پانی سما بیگا۔ کنوئیں دریا اور سمندر میں کتنا ہی پانی بھرا ہوا ہو۔ لوٹے کو اس زیادتی اور کمی سے کیا واسطہ ہے۔ وہ تو جہاں لیجا یا جا بیٹھا وہی سر ڈیرھہ سر پانی اٹھا بیگا۔ پس دنیا میں مال و دولت یہ تباہی ہوا کرے۔ عزت و زہرت و غرور و غیرہ کے موفے بنار سا کریں۔ نہیں ان بے اندازہ خزانوں میں سے اتنا ہی مانگا۔ جتنے کے تم اہل اور قابل ہو۔ اسکے بہ معنی نہیں ہیں کہ تم کرموں اور قسمت کے غلام بنکر بیٹھ جاؤ اور ہاتھ پاؤں ملانے چھوڑ دو۔ تمہیں جتنا کچھ ملنا ہے اسی کوشش سے ملنا ہے۔ لیکن باوصف کوشش بلیغ کچھ نہیں ملتا تو تم کو بہت کچھ کرب و غم کرنی چاہئے۔ کہ میری پہلی کمائی اس لائق نہیں ہے۔ جو میرا ہے وہ مجھ سے کوئی چھین نہیں سکتا۔ مجھے ملیگا اور ضرور ملیگا اور جو میرا نہیں ہے وہ مجھے نہیں مل سکتا نہیں مل سکتا۔ پس میں صابر و شاکر ہوں۔ شکوہ و شکایت

مختلف دی ہے۔ تو سب صحیح و سلاست ہیں۔ رہنے کو مکان ہے۔ پہننے کو
کپڑا کھانے کو غذا۔ حرمت کو نوکر گھر میں میوی بچے اور عزیز و اقارب ہیں۔
باہر دوست آشنا اور ملاقاتی ہیں۔ جتنی آمدنی ہے اس سے حیثیت کے
مطابق گزارہ ہوئے جلا جاتا ہے۔ بہ حالت شکایت کیسی قناعت
اور مستی کو اس کے قابل ہے۔ نگاہ غور سے دیکھو تو خداوند کریم نے
ہمیں وہ کچھ عطا کر رکھا ہے کہ تنہا ہی ضرورتوں سے بھی زیادہ ہے۔
بہر حرص و مہوس کسی۔ شاہد کہتا ہے۔

حرص قانع میں تبدیل و زنا سب باعث

آنچه مادر کار و ایرم اکثر سے در کار نیست

روپیہ پیسا۔ علم و دولت۔ عزت و ثروت۔ مکان و اسباب غرض دنیاوی
سامان سب کے پاس ایک ہی مقدار میں ہونا ناممکن ہے۔ دنیا بزرگی کا
نام ہے۔ یہاں ایک طاقتور و نڈر رست ہے دوسرا کمزور و بیمار۔ ایک سامیر
ہے ایک غریب۔ ایک با سامان دوسرا بے سرو سامان۔ ایک عالم ایک
جہاں۔ ایک نیک نام۔ ایک بدنام۔ غرض لا انتہا تضاد ہیں۔ کوئی کہانتک
گنوائے۔ تم نے کبھی سوچا کہ اس بقولمونی اور بزرگی کا باعث کیا ہے
کہوں ایک مصیبت میں پیدا ہوتا ہے اور دوسرا مسرت میں۔ ایک کو
کیوں اتنے اسباب ملتے چلتے جاتے ہیں اور دوسرے کو بڑے سے کارخانہ
قدرت اندھا و ہند اور اتفاقیہ نہیں ہے۔ یہاں ہر معلول کی علت ہو کر تی
ہے۔ اگر کہو ایک کی کوشش زیادہ ہے اس واسطے وہ تمام سامان بہم پہنچا سکتا
ہے اور دوسرے کی کوشش اتنی نہیں ہے اس واسطے وہ مصیبت میں مبتلا
ہے۔ تو ہر سوال توجہ کا توں رہا۔ ایک میں یہ کوشش کی طاقت زیادہ

جس تک مجھے اس کی خاموشی نہ دے۔ نہ جو۔ خیال رہے کہ ضرورتیں ہوتی ہیں۔ پس اگر تمہیں کسی چیز کی ضرورت ہو تو فوراً ہی اسکے لئے کو بازار میں نہ دوڑ جاؤ بلکہ ایک دو روز ٹھہرو اور سوچو کہ ضرورت واقعی ہے یا نہیں جس میں اطمینان کے ساتھ کہنا ہوں کہ اگر اس سوال پر عمل کرو تو سوچیں۔ شاید دوس ضرورتیں بھی تمہیں سامنے نہ آئیں گی۔ اور تم خوش خوش زندگی بسر کرو رہے ہو۔ سارے سامان۔ عزت و حرمت۔ نام و شہرت کے خیالات بھی اکثر استغوث کا باعث ہو کر رہے ہیں۔ یہاں بھی وہی اصول عامہ استعمال میں لاؤ۔ جو اوپر بیان ہو چکا ہے۔ یعنی ان خیالات کے غلام نہ بنو۔ انہیں بار بار دل میں جگہ نہ دو۔ انہیں بار بار نہ سوچو۔ جتنا روپیہ تم کم کما سکتے ہو۔ اتنا سارے سامان دنیوی بہم پہنچا سکتے ہو حتیٰ عزت و حرمت یا نام و شہرت یا کتے ہو۔ اس میں اپنی طافت و لیاقت کے مطابق کوشش کرو۔ تمام دنیا اسی طرح کرنی لگی ہے۔ مگر ظاہر ہے کہ تمہاری کوشش و لیاقت جتنی ہے اتنی ہی بہ چیزیں بہم پہنچا سکو گے۔ زیادہ کے خیالات بے فائدہ ہیں۔ ان میں پھنسے سے صرف تکلف ہی تکلیف اٹھاو گے اور کچھ نہ پاؤ گے۔

اوپر لکھ رہے باتیں بیان ہوئیں جو استغوث پیدا کیا کرتی ہیں اور ان کے علاج کی طرف اشارہ ہوا۔ اب استغوث یعنی قناعت کو لیجئے اور دیکھئے کہ سن ہیں اسکے پیدا کرنے کے اسباب کیا ہیں۔ پہلا اصول ہے کہ نگاہ اوپر نہ اٹھاؤ بلکہ نیچے اچھکاؤ۔ تم ان آدمیوں کو کیوں دیکھو جو مال و دولت اور عزت و شہرت میں تم سے اچھے ہیں اور انہیں دیکھ کر تمہیں اپنی حالت بُری معلوم ہوتی ہے۔ ان آدمیوں کو دیکھو جو ان چیزوں میں تم سے کم درجہ رکھتے ہیں۔ میں یقیناً کہتا ہوں کہ ان کے مقابلے میں تمہیں اپنی حالت صبر و شکر کے لائق معلوم ہوگی۔ ایشور نے

گزرا چلیگا۔ یہ پہلی صورت علاج ہے مگر اچھا علاج نہیں ہے۔ بلکہ ان علماوں میں سے ہے جو مثالہ بھی پڑ جایا کرتے ہیں اور نامہ دے کی بجائے اٹھا نقصان پہنچاتے ہیں۔ بس اس طریق کو سوچ سمجھ کر ہی عمل میں لانا چاہئے۔ سنشوش دہکتی ہوئی آگ ہے۔ اور شے اسکا ایندھن ہیں۔ جتنا زیادہ ایندھن اس میں ڈالنے جاؤ گے اتنی ہی یہ آگ اور بھڑکیگی۔ یاد رکھو کہ ہر ایک لالچ سے لوبہ اور زیادہ پڑھا کرتا ہے۔ اور انجام کار اس کی کچھ انتہا نہیں رہتی + پس بہتر طریقہ یہ ہے کہ جو شے طبیعت میں سنشوش پیدا کر رہا ہے۔ اسکی نسبت یہ دیکھو کہ تمہیں اس کی ضرورت بھی ہے یا نہیں۔ سٹوٹ کو جی چاہتا تو پہلے یہ دیکھو تمہارے صندوق میں کتنے سٹوٹ بھرے رکھے ہیں۔ اگر کافی ہیں تو اسے اور بھرنادانائی کا کام نہیں ہے۔ اسواسطے من کو روکو اور اس سے صاف صاف کہو کہ میرے پاس کیڑے بہتر سے ہیں۔ مجھے نئے سٹوٹ کی ہرگز ہرگز ضرورت نہیں ہے۔ میں نہیں بنواؤں گا۔ نہیں بنواؤں گا۔ جو اس طرح مردانہ وار ہمت و جرأت سے کام لیتے ہیں۔ انہیں سنشوش نہیں سستا یا کرتا ہے۔ بعض اشخاص ہیں کہ خراب عادت ہوتی ہے کہ بازار گئے اور چاہے جو کچھ خریدتے لائے۔ یہ سنشوش کی خراب عادت ڈال رہے ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ کوئی تاروں کا خزانہ تو یاں ہے ہی نہیں۔ ایسی چیزیں بھی نظر چڑھتی ہیں جن کے خریدنے کی استطاعت نہیں ہے۔ پھر بے صبری بے قناعتی اور شکوہ و شکایت پیدا ہوگی۔ جلا یا پیدا ہوگا۔ اسناختی پیدا ہوگی۔ پس جو اصول یاد نظر رکھنا چاہئے۔ وہ یہ ہے کہ بازار میں سینکڑوں دکانیں اور ہزاروں چیزیں فروخت ہوتی ہیں۔ یہ سب ہر وقت اور ہر دم میرے لئے ہی تو نہیں ہیں۔ روپ کا کتنا جانا ہے۔ کیونکہ ممکن ہو سکتا ہے کہ میں ہر چیز خریدتا ہوں۔ پس کوئی چیز نہیں

اشانت رہیگا اور جہاں جا کر بیٹھیںگا وہیں اشانتی پھیلائیگا۔
 یہ حالت نفس سخت رحم دانوس کے قابل ہے۔ ایسے شخص کی زندگی نہایت
 سلخ گزرا کرتی ہے۔ اسے نہ سکھ نصیب ہو سکتا ہے۔ نہ یکسوئی قلب اور نہ
 شانتی۔ پس سنتوش کے خیال کو دل میں نہ آنے دو۔ آگیا ہے تو بار بار سوچنے سے
 طبیعت میں جگہ نہ پکرنے دو۔ اگر جگہ پکڑ گیا ہے تو کوشش طبع سے اسے جگہ سے
 سرکاؤ۔ مکان دل سے باہر نکالو۔ اور جب تک نہ نکل جائے برابر سعی و کوشش
 جاری رکھو۔ سنتوش کے علام نہ بنو۔ بلکہ اس کے حکمراں بنکر اس پر اشانتا قابو کرو۔
 بھلا اسکا طریقہ کیا۔ سنو۔ تمہیں یہ معلوم ہے کہ سنتوش پیدا کیونکر ہوتا ہے۔
 ہم ابھی بتا چکے ہیں کہ بچیوں کو سوچتے رہنے دو اور ان پر دھبان دینے سے۔
 پس قدم اول یہ ہے کہ تم بچیوں کے خیال میں تضرع اوقات نہ کیا کرو۔ اگر کسی
 بچے کی طرف طبیعت جاتی ہے اور اتنی مقدرت ہے کہ اسے ہم پہنچا سکو تو من
 بچے کو یا تو یہ کھلونا لے دو۔ یا طاقت ہے تو روک دو کہ ہم ایسے مہبودہ کھلونے
 سمجھ نہیں خریدیں گے۔ اور اگر مقدرت نہیں ہے تو من کو سمجھاؤ کہ بھائی اس
 چیز کے لئے رونا بسورنا لا جاہل ہے۔ ہیں اس کے ہم پہنچانے کی قدرت
 ہی نہیں ہے۔ پس بار بار فکر کرنا اور بے قرار و مضطرب رہنا بے فائدہ ہے۔
 اوپر عام اصول بیان ہوا۔ اب اس کی خاص صورتیں لیجئے تو اصول اچھی
 طرح ذہن میں بیٹھیںگا۔ فرض کرو کوئی نئی وضع کا پٹر اچلا ہے اور تمہارے کسی
 دوست نے اسکا ٹوٹ بنوایا ہے۔ دیکھ کر تمہیں بھی خیال آیا ہے کہ ہم بھی بنوایا
 اور یہ خیال بار بار دل میں گد گدی کر چکا ہے۔ اگر تمہارے پاس روپیہ ہے اور
 اور طبیعت کو اسوقت ضبط نہیں کر سکتے تو من سے کہو لے بھائی اس مرتبہ تو من
 یہ کھلونا مجھے خریدے دیتا ہوں مگر ہر نے پکڑے کو دیکھ کر تو یوں ہی چملاؤ کیونکر

دایم فریب میں پھنستا ہے۔ ایسا دیکھ کر ان کے دل میں گستاخیاں اٹھنے لگیں۔
 جیسا کہ میں جب عرض کے لئے کہتا ہوں کہ وہ لوگ جو اس وقت تک نہیں جانتے تھے کہ
 زمین پر ایک دوسرا فرشتہ ہے۔ ان کے دل میں اس لئے نہایت غصہ تھا۔
 اس امر کی توضیح بھی شریعت کے حکم کے ساتھ نہایت خوبی کے ساتھ کی گئی ہے
 کہ ان میں آدمی جتنا کس طرح ہے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ انہوں نے انہوں سے انہوں کا
 گمان ہوتا ہے اور اس گمان کے سنسکار میں رہتے ہیں۔ اب دیکھئے کہ
 من ان سنسکاروں پر درحیاء کرتا رہے گا تو گو ماں کو لشیوں سے نعلی پیدا ہوگا
 بہ نعلی بڑھ کر خوشی کی صورت اختیار کرے گا۔ اور چونکہ ہر شخص کا لیا ہوا ملک نہیں
 ہے۔ اس واسطے غصہ پیدا ہوگا۔ غصے سے مود یا قبول پیدا ہوتی ہے اور آدمی
 گمراہ ہوتا جاتا ہے۔

اب ہم صاف صاف سمجھ سکتے ہیں کہ استغوث کیونکر پیدا ہوا کرتا ہے۔ انہوں
 لشیوں کا گمان اندر لاتی ہیں۔ من میں اس کے سنسکار رہتے ہیں اور وہ ان کا
 درحیاء کرتا ہے تو لشیوں کی حیا دیدہ ہوتی ہے۔ بار بار یہ خیال آتا ہے کہ فلاں
 شخص کے پاس فلاں شے ہے۔ ہمارے پاس نہیں آہ اگر ہوتی تو کیا ہی
 اچھا ہوتا۔ یہ استغوث کا بیج ہے۔ بار بار یہ حال دل میں اٹھتا رہے تو یوں سمجھو کہ
 ان کے بچپن میں اور بڑھ چم گئی۔ اگر اسی قسم کے اور خیالات بھی غصہ میں آ کر آدمی کو اپنی
 حالت سے ناخوش رکھنے لگے تو بس درخت جڑ کھڑے گا۔ تڑ اور شاخیں اور برگ و
 بار سب نکل آئے۔ اب اس غم کو شانتی نہیں مل سکتی۔ ہر وقت من میں کڑھتا
 رہے گا کہ ہمارے من کیسا بد نصیب ہوں۔ اور لوگوں کے پاس تو نصیب کچھ ہے اور
 میرے پاس کچھ بھی نہیں۔ اور وہ کی خوش حالی دیکھ کر جلا پائیدا ہوگا۔ عزیز
 و اقارب اور ہار دوستوں کے سامنے جا جا کر اپنے دکھ بھرے روئے گا۔ آپ بھی

نہیں کرتا اس واسطے جلد ترشائی بہم پہنچ جائی ہے اور جیت کیسہ ہونے لگتا ہے جو لوگ یعنی سادھی میں بڑی کہ رآمد جیتے۔ اس واسطے اس کو نیوں جس جگہ دی گئی ہے اور عہد کر کے اس کی مشق کرنا کہہ کی گئی ہے۔

اول یہ دیکھنا چاہئے کہ مستوش یعنی قناعت کا نہ ہونا کن اسباب سے پیدا ہوتا ہے۔ وہ اسباب معلوم ہو گئے تو ان کا اسلما آسان ہوگا اور قناعت کا راستہ ہم پر کھلیگا۔ یہ منفی تعلیم ہے۔ مثبت تعلیم میں وہ طریقے بنائے جائیں گے جن سے آدمی قناعت پر براہ راست چل سکے اور کیسوی قلب حاصل کر سکیں۔

پہلے دو سنتو ہیں پانچ حواس عطا ہوئے ہیں اور ایک من۔ آنکھوں سے ہم دیکھتے ہیں۔ کانوں سے سنتے ہیں۔ زبان سے حکمتے ہیں۔ ناک سے سونگھتے ہیں اور جلد سے چھوتے ہیں۔ انہیں سے تمام دنیا سے سیر ذنی کا علم ہمیں حاصل ہوتا ہے۔ اس علم پر من لینے ہوئی قلعوں کی بنیادیں رکھتا ہے اور بڑی بڑی عمارتیں جیٹتا ہے۔ اگر غور سے دیکھا جائے تو اندر لوں یعنی حواسوں کے اعمال قدرتی ہیں۔ آنکھ سیر ذنی اشیاء کو دیکھنے کی پر دیکھنے کی۔ کان آوازوں کو سنیگا پر سنیگا۔ اس طرح ناک زبان اور جلد کو اپنے اپنے بشیوں کے ساتھ تعلق ہے۔ دونوں کا باہم میل ہوگا یہ ہوگا۔ یہاں تک قدرتی عمل ہے جو نہ روکے سے رک سکتا ہے اور جمیل واقع میں کچھ حرج ہے۔

حرج اسوقت واقع ہوتا ہے جب اندریاں بشیوں کی طرف جائیں اور من کا قدم در میان میں آئے۔ مثلاً اگر آنکھ کسی شے کو دیکھے تو محض ایک قدرتی عمل ہے۔ مگر اسے دیکھ کر من کو اس شے کے لینے کی رغبت ہو با نفرت آئے۔ تو گو یا حرج واقع ہونا شروع ہوا۔ اندر یہ کاپشے کی طرف جانا گویا مسافر کا راہ چلنا ہے۔ رغبت و نفرت کے بس میں آجانا گویا ٹھکوں کے

یہ تو وہ خیالات تھے جنہیں چھوڑنا ہے۔ انکی بجائے دل میں جگہ کن خیالات کو
 دینی چاہئے۔ انہیں جوان کی ضد ہیں۔ بُرائی کی جگہ بھلائی اور نیکی کے خیالات
 دل میں بٹھاؤ۔ دشمنی بغض و حسد اور کینہ و عناد کی بجائے الفت و محبت اور ہمدردی
 و فیض رسانی کے خیالات کو طبیعت میں جگہ دو۔ سوخ و غم اور فکر و انکار کی بجائے
 خوشی اور شادمانی سے کام رکھو۔ من کو بجائے اسکے کہ جگہ جگہ بھٹکتا پھرے ایک اگر
 اور کیسور کھنے کی کوشش کیا کرو۔ اس سے زنگ و کدورت آئینہ دل سے ہٹے گا
 اور من صاف ہوگا۔ یہ اصلی صفا اور شُوج ہے۔ جو لوگ شُوج کے معنی صرف یہ
 سمجھے ہوئے ہیں کہ اُن پر پیچوں کا سایہ نہ پڑے اور پیچی ذاتوں کے لوگوں
 جھوٹے نہ جائیں وہ بڑی بھاری غلطی کر رہے ہیں۔ شُوج صرف جمائی
 ہی نہیں ہے۔ بلکہ اس کا تعلق کلام اور اعمال سے بھی ہے اور سب سے
 زیادہ من سے۔ جو شخص ان چاروں اُمتوں کے شُوج پر عمل نہ کرتا ہے۔
 وہ حُجّت کے پر ساد کی حالت بہم نہ پہنچاتا ہے جو سادھی کا پہلا قدم ہے۔

دوسری فصل سنتوش یا قناعت

پہلا نیم شُوج یعنی صفا ہے۔ اسکی بابت ہم نے بتایا ہے کہ صفا کا تعلق صرف جسم
 سے نہیں ہے۔ بلکہ کرم بانی اور من قینوں سے ہے۔ اب دوسرے نیم کو لیتے ہیں
 یہ سنتوش یعنی قناعت ہے۔ سنتوش من کی اُس حالت کا نام ہے جس میں
 آدمی اپنے میں کسی قسم کی کمی محسوس نہیں کرتا اور جو کچھ پاس ہے اس پر صبر و شکر
 کرتا ہے۔ چونکہ اس حالت میں من ہوا و ہوس کے خیالات سے پریشانی محسوس

بلکہ حاسد کی نہ بھولے سے مدد نہ کرنا
 چھوڑ دو بغض نہ تم اس سے سروکار رکھو + دل میں بیہودہ خیالات نہ زہار رکھو
 کام تم ہر وجہ سے اے بار رکھو + دل کو بشکفتہ مثال گلی گلزار رکھو
 کام جو لطف و محبت سے نکلتے دیکھا

وہ بھی بغض سے اوکھیں نہ چلتے دیکھا

چھوڑ دو اپنے پرانے کوڑا کہنا تم + عیب زیور ہواکب۔ سمجھے ہو کیوں گناہ تم
 ایسے فکروں میں نہ مصروف رہنا تم + اسی غفلت کی اذیت نہ کبھی ہنا تم
 خیر کے ساتھ کر جب کا کرو ذکر کبھی

عیب ہوئی کا کردل میں نہ تم فکر کبھی

چھوڑ دو جہد فراواں سے طمع کو کہ اسے + جو ہیں اچھے نہیں اچھا کبھی ہرگز کہتے
 لایحیہ میں قابل نفرت سائے + تم نہ لایحیہ سے سروکار رکھو کیا لوگے

جس نے لایحیہ کیا اس شخص نے دھوکا کھایا

نفع کیسا کہ نہ کھو بیٹھتا سے سرمایہ

چھوڑ دو ہٹ کہ بڑی چیز سے ہٹا + ہٹ کیا کرتے ہیں جو انکی بڑی ہمتی ہے گت
 لوگ کرتے ہیں پیشے ہمیشہ نفرت + ہٹ کا دنیا میں ہے انجام ہمیشہ سخت
 غلطی مان لو سرزد ہو کوئی گرتے سے

یاد رکھو کہ بہت لوگ ہیں بہتر تم سے

چھوڑ دو تنگدلی تنگدلی سے بڑی + سوسیری کہ نہیں تنگ خیالی اچھی
 کب کسی شخص نے تنگی میں غریبی دیکھی + نصرت کو جہاں سے ملے کیا بات اس کی
 ہمیں اس تنگ خیالی کو بھلا دھستہ تم

صدق کے واسطے دل اپنا کھلا کر نہا تم

گیسو میری تو تم نے سے آزاد رہو
 ایسا کہو یہ عمل خوش رہو آباد رہو
 چھوڑ دو تم کہ یہ ہے حیرت ہے اک لاجل :-
 ہم سے کس بات کا چھوڑو بھی خیال اطل
 بھول کر بھی نہ رہو تم کی طرف ہم مائل :-
 بھول کر بھی نہ تمہارا کہیں ہم ہو دل
 یاد التعلیٰ خاطر سے نہ جانے پائے
 دل خدا کا ہے گھر اس میں نہ غم آنے پائے
 چھوڑ دو نگاہیں نہ کر کے لینا ہے کیا :-
 کام بگڑا ہے اگر اسے سنو رہا ہے گنا
 فکر ناخشا نہ کرو وہ دوسرے صبح و ساء :-
 فکر کا نام بُرا فکر کا بر کام بُرا
 آدمی فکر میں کیوں نہ بچ والہ ہوتا ہے
 فکر سب کا سرے اللہ ہی رہتا ہے
 چھوڑ دو اپنے دل صاف میں کھنا کھند :-
 زنگ سے ہو نہ مکدر کبھی بہ آئینہ
 ہاں منور رہتے ہیں صاف و صیانت سینہ :-
 کہ اسے دیکھ کے ہر گاہ کہے ہے بخینہ
 حاسے کینہ میں انوار صفا کے دل میں
 جلے اے دوست نظر آئیں ضیا کے لہا
 چھوڑ دو غیظ و غضب تم نہ ہو غصے کے شکار :-
 دل میں غصہ ہے تو روکوں سے جہنم کی نار
 مہر مانی کو کر دو جائے غضب اپنا شعار :-
 مہر ہاں ہو جو طبعیت تو نہیں کچھ درکار
 دل میں غصہ نہ کبھی بھول کے آنے دینا
 اور جو آجائے تو رکھنا نہیں جانے دینا
 چھوڑ دو تم حسد و رشک کا ہر ایک خیال :-
 یہ خیال ایسا ہے سمجھو اسے شیطان کا جال
 یہ خیال ایسا ہے ہوتا ہے دل و جان و مال :-
 یہ خیال ایسا ہے اچھا نہیں کچھ اسکا مال
 رشک کرنا نہ کسی سے نہ حسد تم کرنا

ہوں۔ نیک اوصاف بھی تو اس میں ہونگے اور ضرور ہونگے پس بُرائی کے خیالات طبیعت سے نکالو اور اس میں جو بھلائی ہے اس میں اپنے چہرے کو لگاؤ۔ اس طرح بُرے خیالات ہمیں نہیں ستائیں گے۔ بلکہ نیک خیالات سے تمہارا دل تسکین پائے گا۔

یاد رکھو کہ بھلائی اور بُرائی کا وجود باہر نہیں ہے بلکہ دین کے دھرم ہیں پس اگر تم کسی کا بُرا سوچ رہے ہو تو اپنی اندرونی بُرائی کا اظہار کر رہے ہو۔ وہ بُرائی تم میں تو ضرور ہے۔ اس میں ہو یا نہ ہو اس بات کی مجھے خبر نہیں جو تجھے کا قلب مصفا ہوتا ہے۔ اس واسطے اگر کمرے میں روپیوں کی پھیلی کھلی ٹیری ہو اور کوئی شخص اندر آئے تو اسے خیال تک بھی نہیں ہوتا کہ یہ چور ثابت ہو گا اور روپیہ چُرا کر لے جائے گا۔ مگر اسی بچے کی جگہ کوئی جوان یا بوڑھا آدمی بیٹھا ہو تو وہ پھیلی کو قفل میں بند کئے بغیر ہرگز ہرگز کمرے سے باہر نہیں جائے گا۔ میں یہ نہیں کہہ سکتا کہ کمرے میں آنے والا آدمی چور ہے یا نہیں ہے۔ مگر اتنا بے شک کہتا ہوں کہ جو شخص پھیلی کو قفل لگا کر باہر گیا ہے اس کے دل میں ضرور چور بیٹھا ہوا ہے۔ یہ ایک انتہائی مثال ہے۔ مگر اس سے اس بات کی توضیح ضرور ہوتی ہے کہ جو شخص اور ونکو مری نگاہ سے دیکھتا ہے بُرائی اس کے من میں ضرور گھر کئے بیٹھی ہے۔

یہی بُرائی کے خیالات من کا میل کہلاتے ہیں۔ انہیں سے آئینہِ خاطر پر رنگ آتا ہے جس نے انہیں صاف کر ڈالا اسے من کی صفائی حاصل کر لی۔ پس انصافِ حدِ کینہ و عداوتِ رنج و فکر بچتاؤ اور نفرت و بغیرہ سب ایسے خیالات ہیں کہ من میں رکھنے سے من کو مہلّا بناتے ہیں۔ تم سعی ملنے کر کے انہیں چھوڑ دو چھوڑ دو رنجِ غم اے جو اہلِ ہو کیوں پوچھیں۔ رنج وہ چیز ہے کچھ اس کا نتیجہ ہی نہیں دل خوشی کا ہے مکاں میں نہ رنج ملیں۔ زندگی تلخ ہے اس شخص کی جو ہے غمگین

ایسا دکھ اٹھانا ہے کہ کچھ کہا نہیں جاسا۔ روکنا چاہتا ہے تو رکتا نہیں۔ یہاں مسئلہ اول ہی غلط ہوا ہے۔ یعنی خیال حساب اول اول طبیعت میں پیدا ہوا تھا تو اسکو روکا نہیں گیا۔ آپ من کو اسکی عادت ہو گئی ہے اور عادت وہ چیز ہے کہ بڑی مشکل سے ترک ہو گیتی ہے۔

پس یوگ کے طالب کا فرض یہ ہے کہ وہ کوئی بڑا خیال خاطر میں لائے آگیا ہے تو شروع ہی میں اس کے ٹکالنے میں سعی کرے اور دل میں جبنے نہ دے جم گیا ہے تو اس سے ڈرے نہیں بلکہ بہت مردانہ سے جڑ سے اکٹھاڑنے کی کوشش کرے اور جب تک اکٹھا نہ لے۔ برابر کوشش جاری رکھے۔ طریق بھگوان پنجلی اپنے یوگ وشن میں ایک سوئرس بتاتے ہیں جو آب زر سے لکھنے کے قابل ہے۔ اسکے یہ معنی ہیں کہ کسی کو شکھی دیکھو تو مجھے حسد کرنے اور کڑھنے کے اُسکے ساتھ ہم آہنگ ہو جاؤ۔ یعنی جیسا وہ شکھی ہے تم بھی اُسے دیکھ کر ویسے ہی شکھی ہو۔ اگر کسی کو دکھی دیکھو تو اُس سے پہلو نہ سجاؤ بلکہ تمہارے دل میں رحم یا دبا جوش ماننے لگے کہ کس طرح اس کا دکھ دور کروں۔ بنکوں کو دیکھ کر نہیں اندرونی خوشی ہونی چاہئے اور کسی ہی قربانی کوں نہ کرنی ٹھہرے اُنکے قدموں پر چلنا چاہئے۔ اس کے برعکس بدوں کو دیکھ کر اگر ہو سکے تو ان کی مدد کا علاج مستحسن طریق سے کرنا چاہئے اور نہ ہو سکے تو ان سے بے پروائی برائی لازم ہے۔

مُردے خیالات کو طبیعت سے نکالنے میں علاج بالاضابطہ بھی نہایت مفید ثابت ہو کر رہا ہے اور بھگوان پنجلی اس پر بھی زور دیتے ہیں۔ اس کا طریق عمل یہ ہے کہ اگر کسی شخص کی طرف سے تمہارے دل میں کمنی کا خیال بیٹھا ہوا ہے۔ تو اس شخص کی خصائل پر درحیال نہ دو بلکہ اُلٹا بہ خال کرو کہ اس میں اوصاف نیک کیا کیا ہیں دنیا کے مرد سے یہ کوئی شخص ایسا نہیں ہے جس فسط بُرائیاں ہی بُرائیاں

اول خیال پیدا ہوتا ہے۔ وہی زبان سے کلام کی صورت میں اظہار پاتا ہے اور وہی ہاتھوں سے کام کی شکل میں سرزد ہوتا ہے پس اگر آدمی کئے خیالات پاکیزہ ہیں تو اسکا کلام بھی پاکیزہ ہوگا اور کام بھی۔ مہاراج تلسی اس جی کی چوپائی میں یہ لکھتے ہیں ایک مضمون میں نقل کر چکا ہوں۔

رکھت نہ پر بھوج چوک کئے کی
کرت شرب سو بار سے کی

یعنی البتہ پر مانا اعمال کی جگہ چوک لومن میں نہیں بھی رکھتے لیکن نفس کے دل میں جو خیالات باگزرتے ہیں سو سو بار یعنی ضرور بالضرور ان پر دھیان دینے میں۔ نہ بات بالکل سچی ہے کیونکہ جیسا میں اوپر لکھ آیا ہوں خیال ہر ایک بات کا نتیجہ ہے۔

بس لوگ کے طالب کی بڑی بھاری کوشش یہ ہونی چاہئے کہ برے خیالات اس کے من میں راہ نہ مائیں۔ خیالات کا بعد وہی حال ہے جو جسمانی عادات کا ہو مابہ۔ تم کوئی جسمانی کام مثلاً ٹنگد ریل لگانے کی ورزش شروع کرو تو اول تکلیف معلوم ہوگی۔ بدن دکھنا حرکت مشکل معلوم ہوگی۔ لیکن جہاں دوچار روز کرنے رہے ہر بات میں آسانی ہو جاتی ہے اور پھر عادت پڑ جاتی ہے۔ ایسی ہی اول خیال پر طبیعت میں اٹھنا ہے۔ اگر شروع میں اسے روک لو تو آسانی سے روک جاتا ہے۔ لیکن نہ روکا تو وہ بھر عود کرے گا۔ جہاں خالی تھے اور پھر آیا۔ اس طرح بار بار کی مشق سے عادت پڑ جائیگی اور کتنا ہی روکنا چاہو وہ خیال آنے سے روکا نہ رکنے گا۔ سب کا تجربہ ہے کہ کوئی فکر کی بات ہو۔ کچھ یاد سے کی بات ہو۔ بخش و حسد یا کینہ و حسد کی بات ہو۔ تو بار بار اسی طرح خاطر میں خد تے پیدا کیا کرتی ہے۔ بار بار آدمی کے دل میں وہی تکلیف وہ خیال آتا ہے اور وہ اس کے

عہد کی کما اعتماد ہے۔ غرض جدھر دیکھو۔ بد معاملگی پھیلی ہوئی ہے۔
 اسی بد معاملگی کا نتیجہ استانی آدمی تم نقصانوں کا ہونا ہے جس ہمار
 میں صفائی نہیں اس میں نفع کی توقع کیونکر ہو سکتی ہے۔ مثل ہے کانٹے تو بے
 بول کے آم کہاں سے کھائے جیسی بہت ہو کر رہی ہے دوسری ہی برکت بھی
 رونما ہوئی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہر طرف بے چینی اور شائبہ پھیلی نظر آتی ہے
 اس صورت میں ادھیان جانا کیونکر ممکن ہو سکتا ہے۔ اور لوگ کی سادھی کا
 کیا ذکر ہو سکتا ہے۔

جہاں کام کی صفائی غرض معاملگی نہیں ہے۔ وہاں ہر وقت طبیعت
 میں خوف اور بے قراری رہتی ہے۔ یاد رکھو کہ دیانت داری سب سے بہتر
 تدبیر ہے۔ جو اس سیرے رستے نہیں چلتا وہ راہ گم کر گیا اور ادھر ادھر
 بھٹکتا پھرے گا۔ پس تم سیرے رستے کیوں نہ چلو۔ ادھر ادھر بھٹکے پھرنے سے
 پریشانی کے سوا اور کیا لوگے۔ جو معاملہ کسی کے ساتھ کیا ہے اسکو جوں کا توں
 پورا کرو۔ نفع ٹھوڑا ہو یا بہت اس پر بھول کر بھی نہ جاؤ جس کام پر تم مامور ہوئے
 اپنا فرض سمجھ کر بجالاؤ اور اس خیال کو بھول کر دل میں جگہ نہ دو کہ تمہیں کیا معاوضہ
 ملتا ہے اور ادوروں کو کیا۔ اپنے کام سے کام رکھو اور دیکھو گے کہ انجام میں تمہاری
 بد معاملگی کی زندگی بد معاملگی کی زندگی کی نسبت زیادہ آرام اور خوشی سے
 گزرے گی۔ میں شانت رہیگا اور تم کسی درجے کو پہنچو گے۔ یہ اعمال کی صفا سکون
 قلب کی بہترین دوا ہے۔

اب من کی صفا کو سمجھو جو لوگ کے ہیلوئے فطر سے نہایت وضع شدہ
 ہے اور جسم و کلام و اعمال کی صفا جس کے واسطے زمینوں کا کام دیتے ہیں۔ من کی صفا
 بہت ہی ہے کہ دل میں جو خیالات ہوں وہ پاکیزہ ہوں۔ یاد رکھو کہ خیال ہر چیز کا بیج ہے

خوبی ہے اگر تو بات کرنے کی ہے۔ ۔۔۔ باتیں ایسی ہوں گے جس سے بس پھیل جائیں



کلام کی صفا کے بعد اعمال کی صفا ہے۔ اس کے یہ معنی ہیں کہ جو خیال تمہارے دل کے اندر ہے اور جو کلام تمہاری زبان پر ہے۔ اُسی کے مطابق تمہارے اعمال ہوں۔ یہ نہیں کہ دل میں کچھ اور ہے۔ زبان پر کچھ اور ہے اور کرتے کچھ اور ہو۔ جن لوگوں کے حالات اور اعمال میں مطابقت نہیں انکا اعتبار اور اعتماد نہیں ہوتا۔ نہ انکو مسافری مشرب کہا جاسکتا ہے۔ ان کا تو لیجنہ یہ حال ہے کہ نہ ادھ کر جسم کو پاک صاف کر لیا۔ مگر کپڑے جو پہنے تو میلے اور گندے جنہیں دیکھ کر نفرت آتی ہے یا برس بھر کہ لوگوں کے دکھاوے کو اور تو جہان سُتھرے کپڑے پہنے ہوئے ہیں۔ مگر آئے پیچھے وہ میلے کپڑے ہیں جن سے نقص اور بدلبوسے موقع پریشان ہوا جا رہا ہے۔

یس آدمی کے لئے یہی ضروری نہیں ہے کہ اُسکا جسم پاک و صاف ہو۔ اور وہ میٹھا بولے۔ بلکہ ہاتھ سے جو کام کرے اور اور لوگوں کے ساتھ جو کچھ بیوہ کرے۔ دونوں میں صفائی ہونی ضروریات سے ہے۔ اسکو علم معاملات و اخلاق میں خوش معاملگی یا صفائی معاملہ کا نام دیا جاتا ہے۔ سوئٹ داری رستہ بازی اور نگوکاری وغیرہ وغیرہ اسی کی مختلف قسمیں ہیں۔ ہمارے ملک میں فی زمانہ خوش معاملگی کی بڑی بھاری ضرورت ہے۔ یہاں دکاندار اور کارخاندار اشتہار کچھ دیتے ہیں اور نیچے کچھ اور چیزیں ہیں۔ بنکوں اور کوٹھیوں میں لوگوں کا روپیہ منافع دینے کے پھانے جمع کرتے ہیں اور سود کیلئے مول تنک سے وہ غریب ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ آج بلیں اور کارخانے کھلتے ہیں اور برس دو برس میں اُن کا دیوالہ نکل جاتا ہے۔ نہ دکانداروں کے و حدود کا اعتبار ہے۔ نہ اشیائے فروختی کی خوبی و

اور نکتہ چینی بُری عادت ہے۔ ہر شخص کے عقاید اور خیالات اس کے ساتھ
 ہیں۔ اگر تمہیں اس سے اتفاق رائے نہیں ہے تو یہ کیا ضرور ہے کہ تم اُسے
 بُرا کہو۔ تم کوئی عدائی ٹھیکہ دار تو نہیں کہ تمام دنیا کی مکمل اصلاح کا ذمہ تمہارا
 ہے۔ مذہبی بحث و مباحثے سے جہاں تک ہو سکے پر مینز کیا کرو۔ کوئی شخص ایک
 یا دو بار کے گریباگرہ مساجد کے بعد اپنے خیالات ترک کرنے کے واسطے تیار نہیں
 ہوتا۔ پس اس کو مار گرنی سے سوائے اسکے اور کچھ حال نہیں ہے کہ تمہارے ہی
 سن کو تکلیف و کدورت حال ہو۔ یہی حال قومی رسوم کی اصلاح اور یونٹکل و اخلاقی
 مضامین وغیرہ کا ہے۔ میں نہ نہیں کہنا کہ تم ہر قسم کے مضامین پر اپنے احوال کے
 بولنا ہی چھوڑ دو۔ میرے کہنے کا مطلب صرف اتنا ہے کہ گریباگرہ کے ساتھ
 بحث و مباحثہ نہ کیا کرو۔ جب بولو خندہ پیشانی اور فرخندہ مزاجی کے ساتھ۔ اس
 نم سب کو خیر نہ ہو سکے۔ لوگ تمہارے مزاج کی تقریفیں کریں گے۔ تم خود بھی خوش ہو
 اور تم سے لوگ بھی خوش رہیں گے۔ اس خوشی سے چست کے یہ سادگی حالت
 بہم پہنچتی جو دھباں اور لوگ یعنی سادھی کامرہ اول ہے۔ پس صفا سے کلام
 کو چھوٹی بات نہ سمجھو۔ یہ بہت بڑی بات ہے +

میٹھا ہو کلام تیرا شیریں ہو مثال + جوں بیل کا ترانہ برشاخ نہال
 اسے مرد خداوند شہت گوئی مت کر + زارغ و زغن و بوم دہن میں سنت یال

کس طرح کریں ہم نہ خلائی تیری + دُنیا میں بچا ہے نیک نامی تیری
 بانوں بانوں میں کر لیا دل تسخیر + کیا مات سے واہ خوش کلاچی تیری

میٹھا کر دیئے تو جھگڑے نہ پڑیں + آپس میں آدمی نہ اے مہر لڑیں

اس کو نظر حقارت سے دیکھا جاتا ہے :-

گندے الفاظ کے زبان پر لانے سے صرف زبان ہی گندی نہیں ہوتی بلکہ من بھی میلہ ہوتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ

بدنہ بولے زیر گردوں گر کوئی میری سُنے

ہے یہ گندہ کی صدا جیسی کہے ویسی سُنے

تم جس کی نسبت ناملائیم الفاظ استعمال کرو گے وہ نہیں کب چھوڑے گا۔ اس طرح اکثر اوقات کہا سنی ہونے لگتی ہے اور اس سے گزر کر بعض مرتبہ گالی گستاخ کیا ہاتھ پائی تک نوبت پہنچ جاتی ہے۔ جو شخص اس قسم کے گندے تسخر و مزاح کے عادی ہیں۔ سب نے دیکھا ہو گا کہ ان کی لڑائی بھڑائی بھی اکثر ہو جاتی ہیں۔ ان کا باعث محض کلام کی ناپاکی ہے۔ شخص بھگت ہنس مزاح اچھا نہیں ہے۔ اس سے پرہیز واجب ہے ورنہ بہ ہمارے واسطے تکلیف کا باعث ہو گا۔ من میں لار ہیگا اور تم دھیان یا اتھتھیا س کے لائق نہ بنو گے :-

اسی ضمن میں میں کچھ اپنی زبان کی شاعری کی نسبت بھی کہا جاتا ہوں شاعری وہ شے ہے کہ طبیعت کو خوشی۔ دل کو سرور اور خیالات کو علو بخشتی ہے۔ مگر اردو کی شاعری کا معاملہ اسکے بالکل برعکس ہے۔ یہاں جو خیالات ہیں وہ آدمی کو نیچے کی طرف گھسیٹنے والے ہیں۔ اکثر شعرا کے کلام میں اس قسم کے مضامین پندھے ہوئے ہیں کہ ان اشعار کا پڑھنا زبان کا گندہ کرنا ہے۔ پس اگر ہمیں مذاق شعر ہے تو اس قسم کے اشعار پڑھنے سے پرہیز کرو۔ شعر وہ یاد کرو۔ جس کے مضامین ناپاک نہ ہوں۔ بلکہ جو پڑھے اور جو سُنے دونوں کے خیالات کو ادریر اٹھائیں :-

صفا سے زبان کے بارے میں دو چار باتیں اور خیال میں رکھو۔ عیب گئی

دھوئیں اور کچڑ پانی کے مکان میں بیٹھ کر روٹی کھاؤ اور کھاتے وقت آنکھوں سے پانی جاری رہے۔ صاف جگہ صاف برتنوں میں کھانا کھاؤ اور دھتا اور لیا کہ سفیم کر سکو اور انگ لگے۔ سبتر کاریاں صحت کے واسطے بہت اچھی چیزیں ہیں۔ گلی سٹری اور یا سہی چیزوں سے پرہیز کرو۔ روز بلا ناخہ ورزش کیا کرو۔ سب سے بہتر ورزش گھنٹہ دو گھنٹے کھلی ہوا میں فراخ سڑکوں پر اور میدانوں میں پھرنا ہے۔ شہر میں رہنے والوں کے لئے تو یہ از بس ضروری ہے کیونکہ تنگ گلی کوچوں کے تنگ و تاریک مکانوں میں تازہ ہوا میسر نہیں ہو سکتی اور ہوا وہ چیز ہے کہ ہر دم آدمی کو اسکی ضرورت ہے۔ صاف ہوا ہی آدمی کی زندگی ہے۔ عہد کر کے ان صفائے جہانی کے اسباب پر کچھ عرصے عمل کرو اور تم دیکھو گے کہ بدن میں جان محسوس ہوگی۔ طبیعت ہنس انگ پیدا ہوگی۔ دل خوش معلوم ہوگا۔ کام کرنے کو جی چاہیگا۔ جدھر دھیان لگانا چاہو گے توجہ کیسے ہو کر لگیں گی اور نکلان کم معلوم ہوگی۔ یہ صفائے جہانی کا بدیہی فائدہ ہے جو ہر شخص خود تجربہ کر کے آزما سکتا ہے۔

جسم کی صفائے بعد کلام کی صفائے۔ اس سے میراثہ عابد نہیں ہے کہ تم فصحاء دہلی و لکھنؤ کی طرح کشتی محاورہ و زبان ہم پہنچاؤ اور جو شخص تمہارے محاوروں سے ذرا بھی خلاف الفاظ زبان پر لائے اس سے لڑنے کے لئے تیار ہو جاؤ۔ بلکہ کلام کی صفائی یہ ہے کہ ایسے الفاظ زبان پر نہ لاؤ جن کے کسی کا دل نہ دیکھے اور خود تمہاری زبان گندی ہو۔ ہمارے ملک میں یہ خراب دستور ہے کہ کہ یہ الفاظ اور گالیاں زبان زد عام ہیں۔ لوگ انہیں اس طرح بے ساختہ استعمال کرتے ہیں گویا کچھ بات ہی نہیں ہے۔ اس قسم کے الفاظ کا زبان سے نکالنا شرعاً میں محبوب سمجھا جاتا ہے اور جو آدمی ان کا استعمال کرتا ہے

جہاں ضعف و بیماری کا مرض مزمن ہے وہاں کیا توقع کی جاسکے گی کہ آدمی اپنی زندگیوں میں کچھ کر سکیں گے۔

میں حفظانِ صحت پر مضمون نہیں لکھ رہا ہوں۔ میرے کہنے کا مطلب یہ اتنا ہے کہ صحت جسم پر صحتِ نفس کا دار مدار ہے۔ اور صحتِ جسم کا بڑا بھاری جزو صفائی ہے۔ ہمارا ملک و بانی بیاریوں کا شکار اکثر ہوتا رہتا ہے اور ان سے ہزاروں کیلاکھوں جانیں ہر سال ضائع ہوتی ہیں۔ موسمی بخار، مہیشہ، پشش طاعون وغیرہ سب ایسے مرض ہیں کہ اگر ہم صفائی کی عادتیں اختیار کر لیں تو ان سے نجات مل سکتی ہے۔ ہمارے مکانات، غلیظ رہتے ہیں۔ نواحی اسباب غلیظ رہتے ہیں۔ جسم اور کپڑوں کی صفائی پر نظر نہیں ہے۔ غذا کی صفائی پر نظر نہیں ہے۔ اندرونی صفائی یعنی خون کے صاف رہنے پر توجہ نہیں ہے۔ اسی طرح اور بہت سی باتیں بتائی جاسکتی ہیں جن سب کا نتیجہ یہ ہے کہ نہ ہماری صحت جسمانی قائم رہتی ہے نہ صحتِ نفسانی جس سے ہم دھیان جماسکیں اور ترقی عقلی، ترقی اخلاقی اور ترقی روحانی کر سکیں۔ پس ضعف جسم پر جتنی توجہ دجائے تھوڑی ہے۔ اُن باتوں سے پرہیز کرو جن سے کسی طرح کی غلاظت پھیلے گا اندیشہ ہو۔ چارے گرمی برسات ہر روز ٹھنڈے پانی سے نہایا کرو اور نہا کر خشک کھر دے۔ سوپے کپڑے سے بدن اچھی طرح یونچھا کرو اس سے مسام گھیلنے اور جسم صاف رہے گا۔ میلے پسینے میں نہ کپڑے پہنے چھوڑو۔ گرمی کے موسم میں خاص کر ان باتوں کا خیال رکھنا چاہئے۔ اگر دھوبی کی زیادہ مزدوری دینی گراں گزرتی ہے تو سیدھا حساب یہ ہے کہ صابون زیادہ مہنگا نہیں ہے۔ شام کو جب نہاؤ تو دھوئی کے ساتھ ذرا سا صابون لگا کر کمرہ بھی خود دھو ڈالا کرو۔ بجائے اس کے کہ

تو اگے چل کر گیا خاک ہوتا ہے۔ جن کے جسموں کا حال لڑکپن میں یہ ہے۔ وہ جوان ہو کر عقلی مہات کون سی غلط کرے گی۔ چنانچہ عام طور پر دیکھا جاتا ہے کہ جو نو جوان کالج سے تعلیم پا کر نکلتے ہیں۔ اور ملازم یا اور پیشوں میں داخل ہوتے ہیں وہ کچھ کاروبار سے نمایاں کر کے نہیں کھاتے۔ ان کی زندگی محض جسمانی زندگی ہوتی ہے جس میں کوئی نئی غیر معمولی بات نہیں نکلتی۔ اکثر بیماریوں کی شکار رہتے ہیں اور کبار و کیا عورت بہت ہی کم عمر طبیعت کو پہنچنے پاتے ہیں۔ اکثر البانہا ہے کہ سچاس ساٹھ برس کی عمر ہونے سے پہلے ہی چل بستے ہیں۔ ہماری پوری کتابوں میں آدمی کی معمولی عمر سو برس کی کہی ہے۔ یورپ اور امریکہ میں طبیعت ستر برس کی شمار ہوتی ہے۔ مگر ہم تعلیم یافتہ ہندوستانیوں میں جو شخص سچاس برس کا ہو جاتا ہے اسے خوش نصیب شمار کرنا چاہئے۔

اس بڑی صحت رہنے بار پڑنے اور کم عمر پانے کے باعث بہترے بیان کئے جاتے ہیں۔ حفظان صحت کے قوانین کی ناواقفیت کم سنی کی شادی باقاعدہ ورزش نہ کرنی۔ آرام طلبی کی عادات۔ کافی مناسب اور مفوی غذا کا بہم نہ پہنچنا۔ تازہ کھلی ہوا کا کافی طور پر نہ ملنا۔ تنگ و تاریک مکانوں میں کچھ رچ رہنا وغیرہ سب ایسی باتیں ہیں کہ انہوں نے ہم موجودہ ہندوستانیوں کو اس حالت میں لانا ہے۔ یورپ اور امریکہ میں ان اسباب کا باقاعدہ طور پر انسداد کیا جاتا ہے۔ اس لئے وہاں کے باشندے بڑی عمر میں ہی نہیں پاتے بلکہ صحت اور جسمانی خوشی کی زندگی گزارتے ہیں۔ اور اپنی زندگیوں میں ایسے کاروبار سے نمایاں کر دیکھاتے ہیں۔ جو ان کے ملک کے لئے ہی نہیں بلکہ کل دنیا کے واسطے کارآمد اور مفید ثابت ہوتے ہیں۔ جس شخص کے جسم میں طاقت ہے اور جو صحت کی زندگی بسر کرتا ہے وہ سب کچھ کر سکتا ہے۔

جسم بیمار ہوتا ہے تو من بھی کام نہیں دے سکتا۔ یہ ایک ایسی بدیہی بات ہے کہ اس کے ماننے میں کسی کو ذرا بھی تاثر نہیں ہو سکتا۔ بھلا جسم کمزور و نحیف یا بیمار ہو تو وہ کونسا آدمی ہے جو کچھ بیمار کر سکے یا مطالعہ جاری رکھ سکے یا ابھیا س وغیرہ کر سکے۔ برقی ہر وقت جسم کی طرف لگی رہیگی اور دھیان کسی اور طرف لگایا نہیں جاسکے گا۔ اس واسطے اگر من کو دھیان اور روحانی ترقی کے لائق بنایا جاتے ہو تو اس کا اول مرحلہ یہ ہے کہ غماز جسم خاکی صحت و رطافت و راد کام کا ہو۔ صحت کی شرط اقل صفائی ہے۔ اس واسطے اول صفا کا مضمون لیا گیا ہے۔

ہمارے رشی اور مہی جسم و نفس کا تعلق جنوبی سمجھتے تھے۔ اس واسطے من کے اتھیا سوں کے ساتھ وہ جسم کی محنتوں کی بھی ضرورت محسوس کرتے تھے۔ تنگ و تار یک کو ٹھٹھریوں میں بیٹھے صرف مطالعہ اور دھیان نہیں کرتے رہتے تھے۔ بلکہ حفظ صحت کے قوانین اور قواعد پر عمل کر کے جسمانی طاقت ہم پہنچاتے تھے اور اس سے ان کے من ایسے طاقتور و محتور اور زبردست ہو جاتے تھے کہ آج دیکھ دیکھ کر تعجب آتا ہے۔ سنسکرت کے پیش بہاٹری پجڑ کو دیکھو۔ یہ معمولی عقل و محنت والا آدمیوں کا کام نہیں ہو سکتا۔ اس کے لکھنے والوں کی جسمانی اور عقلی قابلیت معمولی نہیں کہی جاسکتی۔ بابک بابک ہر عمل پر وہ خیر معمولی قابلیت ملتی ہے کہ خیال آتا ہے پر آتا ہے کہ یہ آدمی نہیں جن تھے۔

اس کے برعکس آج کل کی نسل ہندوستانی کی نسبت یہ خیال عام ہو جاتا ہے کہ یہ لوگ اچھوتے خیالات ایجاد کرنے کے قابل نہیں رہے ہیں۔ محض نقل نویس بن گئے ہیں۔ کالجوں اور مدارس میں جا کر دیکھئے تو طلباء کی صفیں کی صفیں بیٹھی پڑتی ہیں۔ مگر زیادہ تر لڑکوں کا حال یہ ہے کہ قدر چھوٹے ہیں۔ جسم نحیف ہیں۔ بڑی کمزور ہیں۔ جینٹلمین لگی ہوئی ہیں۔ جب اوائل عمر میں یہ نوبت ہے

تو ایک گداوڑی سب جانی ہے

جب خاک میں خاک مل گئی دونوں کی

ہو گئے وہی اک روز نری جان کو غدا
انکے ہیں فقط یار شرابی و رباب
تو اپنی زندگی نہ کر ان میں خراب
جو یار ہے تیرا دشمن جانی ہے

تو نے سمجھا ہے جن کو اپنا احباب
یہ یار نہیں میں لو الہوس میں عیار
مطلب کا زمانہ ہے عرض کا بندہ
کیوں حق سے جدا ہے کچھ تو ان کی

سمجھا ہے کہ یہ کرتے ہیں مجھ پر شفقت
یہ ہے بسلام روستائی حضرت
سے اتنی رفاقت کی فقط ماہیت
کچھ انکی بھی قدر تو نے سمجھانی ہے

اولاد و فارسی سے تجھ کو الفت
آؤ کے کیا کرتے ہیں گویا کھوسلام
سب تاب کو چھوڑا بیٹے کچھ
اعمال ہی ساتھ جا بیٹے نے غافل

مستحق ہے دنیا نری اور شیدا تو
کھو بیٹھا ہے اسکے شوق میں عقبتو
چھوڑا اسکا ساتھ ہے اگر دانا تو
سو دچھوڑ دے اس میں کچھ کو سائی

ہے جان و دل سے بندہ دنیا تو
اس طرح سے قابل تجھے دیکھا میں
وینا نے مگر ساتھ دے ماسے کس کا
آخر یہ چھوڑنی پر پڑی اک دن

اسکو چھوڑو یہی ہے شرط مری
موت تک نہ ایک دن ضرور آئیگی
اُس دن کے لئے آج سے ہنسیاری
یہ فائدہ اس وقت پیشانی ہے

لے چہرہ ہوس تجھی ہے بھولو نہ کبھی
رہنا نہیں دنیا سے نہیں چلنا ہے
دانا کی اسے کہتے ہیں گرمی سنو
جب وقت گزر گیا تو پچھتاؤ گے

دو گز کفن انجام مل جائے گا
وہ بھی کیڑوں کا ہو گیا جب لقمہ

انجام ہی ہے جامہ زیبی کی یہاں
تو گور میں تو ہے اور عربانی ہے

ایسا نہیں ہے محض پوش و طعام
کھاتا ہے تمام دن نہیں ہوتا سیر
بکری ہے کہ تو ایل ہے یا گھوڑہ ہے
مرقد میں تجھے کھائیں گے اک دن کیڑے

یہ شوق ہے وہ جس سے ہوساں نام
بھرتا نہیں پیٹ صبح و شام
چرنے کے سوا تجھ کو نہ دیکھا کچھ کام
انجام میں یہ کھانا ہے بہ پانی ہے

کیا فائدہ گرتوں نے فراہم کیا مال
ایسا تھا تو مٹوں ہاتھ خالی مجھے ترے
دلائی میں کوٹلوں کی بو خالی ہاتھ
مجلس کی طرح امیر کو بھی اک دن

کچھ سوچ تو اس مال کا کیا ہوگا مال
جائے گا تو خالی میں پھر اے فرخ مال
کیا کرتا ہے یہ خیال ہی سے نکال
دو گز چادر کفن کی مل جانی ہے

کیا فائدہ گر مل بھی گئی عزت مجاہد
وہ بچھو لے ہیں راہ پہنچے کب منزل
یہ جاہ و شاعب نہیں کام آئیں گے
ہوں اہل مناصب ہوں اہل درجہ

یوں دشت ہوس میں ہو نہ گرگز گراہ
ہے ایسے مناظر یہ فقط جن کی نگاہ
جب نزع کے وقت ہو گیا حال تباہ
دنیا دہنوں کے واسطے فانی ہے

ہے آزار شرافت کا دلیر اسی ہے جا
یاں کون شریف اور ہے کون بخل
ہوگا معلوم خاک ہو کر اک دن

میں نے دیکھا ہے اسکو بکھرے جا
اے دوست تو دعوتے نہ کیا کرے جا
یہ فخر تجھے قبر کے اندر ہے جا

جسم خالی میں کب بجاسے پندار
ایکوں دھرم خودی ہے قالی خالی میں
اگر جا بیگا ابک دن یہ تھی کا گھر
پکٹی بنیاد اس عمارت کی ہے

یہ تیری انانیت کرتی تھی غوار
سہنکا مکان کس نہیں ہے پندار
نام نہ رہیگا کرتند امیر ہزار
روز اقل سے یاں مر پانی ہے

لوں ناز نہ کرو اس کی صحت پر
آنکھیں روشن ہیں آج تارون کی طرح
دندان و زبان و گوش آج تھے ہیں
بے انگلی بھی شل جسم بودی بنیاد
بکوں رہتا ہے تجھ کو فکر غمیر مکان
اگر یہ خیال بھی کبھی ل میں ترے
کیا سر یہ مکان اٹھا کے لیجا بیگا
گو جا بیگنا نو ساتھ نہ گھر جا بیگا

میں آج صحیح کل کی ہے کس کو جہر
کل صنعت بصر سے آج بیگانہ نظر
بلکن کل ہوگا حال ان کا رہتر
اسب قرار سخت نادانی ہے
آخر اک روز چھوڑا جانا ہے یہاں
یعنی ہے جہان پنج روزہ گزراں
جس روزہ ہو کوچ کا یاں سے سماں
رہنی پھر کس لئے پریشانی ہے

ساز و سماں کا شوق ہے لاجل
اسباب پریشانی خاطر کا ہے
ایک کرتا ہے جمع چھوڑا ناہوسب
آبا تھا تو کچھ ساتھ نہ لایا تھا یہاں

اس کی جانب کبھی نہ کرل مائل
اسباب ترے مکان کے لئے جاہل
تنہا چلتا ہے تجھ کو سوئے منزل
جائیگا تو پھر بے سرو سامانی ہے

اچھا نہیں شوق جاہ زبانی داں
جب موت نے گھر پر آنکر تیر کی

یہ کوٹ یہ پتلاں نہیں نفع سناں
کام آئیگی کچھ نہ تیری سپر سے کی دھناں

ایسے سنگھاسے دنیا روحانی ترقی کی قابیلیت نہیں رکھتے اور جب تک اس حالت میں پیشہ ہوئے ہیں۔ بلکہ ریگیاں انکے واسطے نہیں ہے

ہم نہ اخوانیہ دہم دنیا سے دہل

اس خیال سن و خیال مت و جنوں

بلکہ ترقی کا موقع ہر شخص کو ملتا ہے۔ مگر قدرت سب بچوں پر یکساں ہرمان ہے۔ ہر ایک کی زندگی میں کوئی نہ کوئی ایسا واقعہ ضرور پیش آتا ہے جس کی بنا پر دنیا کی چیزوں کی بے بنیادی کی تصویر آنکھوں میں پھر جاتی ہے مثلاً نقصانِ مال ہو یا کسی یگانے سے بیگانگی ظہور میں آئی۔ یا کوئی ایسا عزیز آنکھوں کے سامنے مر گیا جس سے بہت محبت تھی۔ اس وقت رہ رہ کر خیال آتا ہے کہ دنیا سچ ہے۔ اس کی چیزوں میں دل نہیں لگانا چاہیے۔ یہ ایرگیر یا بیرگ کا قدم اول ہے۔ اسکو منظم سمجھ کر دل میں جگہ دینی چاہیے۔ بیرگ کی تنہا میں پڑھنی پڑھنی۔ سادھو سنگ میں جانا چاہیے۔ تاکہ یہ خیال حجابِ سادھو سے بیٹھنے نہ آئے بلکہ مستقل طور سے طبیعت میں گھر کر لے لیشیوں سے بیرگ میں جو مزا ہے وہ بڑے بھوک میں نہیں ہے۔ لیکن میں بیرگ کے مضمون پر اپنی کتابوں میں اتنا کچھ لکھ چکا ہوں کہ اس مضمون کو زیادہ طوالت دینی مناسب نہیں۔ اپنی ایک نظم کلام مہر جلد دویم سے یہاں نقل کرتا ہوں۔

اس میں ایسے لوگوں کی پیشانی ہے

بس یہ دیکھا کہ سخت جبرانی ہے

انجام میں حسرت ہے پیشانی ہے

موت ایک ایک روز پیشانی ہے

دنیا کی ہر کمالِ نادانی ہے

دیکھا جسے پہنے اسکو آئینہ کی طرح

کیا حرص ہو اسے فائدہ ہر اندر

پیشانی میں ہر شخص کی لکھا ہوتی ہے

اسکے سب خیال ایک ہوں۔ مخالفت کی صورت ابھیلگی برائیکھیلگی اور باعث غم و
 غصہ ہوگی۔ اولاد کی پود بھیلنی شروع ہوئی۔ آئے دن کوئی نہ کوئی بیوہ ہے۔
 انکی ضروریات پوری کرینکا فکر رہتا ہے۔ اور سوچھیلے ہیں۔ نوکر جا کر رکھے گیائے
 گھوڑا خریدا۔ اور تعلقات کی زنجیر یا نوں میں پڑی۔ ان کا بھی فکر سر پیوار
 رہنے لگا۔ مکان بنوایا اسکی مرمت ہونی چاہئے۔ غرض لا انہنا چیزیں ہیں۔
 کوئی کہا تا تک شمار کرے۔ اس طرح بریگر یعنی سامان یا تعلقات بڑھتے ہیں۔
 تعلقات کا پھیلاؤ اور اس سے کلفت کا امکان دکھایا ہے۔ اسکے نتیجے نہیں
 ہیں۔ کہ کوئی شادی نہ کرے یا اولاد نہ پیدا کرے۔ یا نوکر جا کر رکھے باگائے
 گھوڑا نہ پالے۔ بلکہ مطلب صرف اتنا ہے کہ لوگ کے طالب کے لئے ضروری امر
 ہے کہ وہ صرف اتنے ہی تعلقات پیدا کرے جنہیں سامنی سے بناد سکتا ہے
 اور وہ اسکے واسطے باعث تکلیف و کلفت نہ ثابت ہوں۔

بہت سے ایسے آدمی ہیں۔ جو ہر جگہ اپنا قدم اڑاتے ہیں۔ ملاقاتیں اکثر
 پیدا کر لی ہیں۔ طرح طرح کے اچھے برے ستوق اور عاداتیں ڈال لی ہیں۔ دن میں
 دفتر میں کام کرتے ہیں۔ رات کو گھر پر کچھ کام کھولا ہوا ہے یا کسی کے شریک
 ہیں۔ ایک رشتہ دار سے لڑائی چھن رہی ہے۔ ایک بھائی کو پر زامتن
 کر رہی ہے۔ ادھر مال خریدنے کہیں جانا۔ ہے ادھر ایک مسلا دیکھنے کا شوق
 دل میں گڑ گڑی کر رہا ہے۔ غرض جب دیکھئے دنیا کے دھندلوں سے
 انہیں نجات حاصل نہیں ہے۔ کوٹھو کے سیل کی طرح پلٹے رہتے ہیں۔ مگر کام
 ختم نہیں ہوتے پر نہیں ہوتے۔

کیا بند علانی نے بیجا یا دلم۔ دن کو بھی کام اور رشتہ کی طرح کام
 غافل چھتا ہے۔ پیچھے کوٹھو کی سیل۔ مل جانا ہے کوئی آدم نہ کو آرام

برکات ہر ایک کو ہر ایک خواہش کی پوری ہونا ناممکن ہے۔ اس واسطے جہاں خواہش پوری نہ ہوتی ہے اخلیہ غصہ آتا ہے۔ غصہ بڑی بھاری غفلت کا باعث ہوتا ہے۔ اور غفلت سے حافظے میں فتور آتا ہے۔ سب نے دیکھا ہوگا کہ جہاں غصہ طبیعت پر طاری ہوا اور آدمی کا یہ حال ہو جاتا ہے کہ نہیں جانتا میں کیا کہتا ہوں یا کیا کرتا ہوں۔ یہ غفلت کا اظہار ہے اور اس سے حافظے میں فتور آتا ہے۔ جہاں حافظے میں فتور آیا آدمی کی عقل ماری جاتی ہے۔ وہ اپنے سروپ سے گر جاتا ہے اور جانوروں کی طرح ہو جاتا ہے۔ یہی اسکا ناس ہے کہ سچا اندر سروپ ہو کر اونچے پایے سے کتنا نیچے گرا ہے *

یس بے بھوک کی باسنا کو دل میں جگہ نہیں دینی چاہیے۔ غور کیا جائے تو آدمی کی جسمانی ضروریات تھوڑی ہیں اور تھوڑی سی کوشش جن میں پہتا ہو سکتی ہیں۔ جو لوگ زیادہ بے لوث یعنی لذات میں بھٹکے ہوئے ہیں انہوں نے اپنی جان کو ناحق عذاب لگا رکھا ہے۔ بشیوں کی تحصیل میں رنج ہے۔ تحفظ میں رنج ہے۔ خرچ یا جانے رہنے میں رنج ہے۔ دست و پاؤں میں ایک ضلک مال و زر کے بارے میں ہے جسکا ترجمہ مندرجہ ذیل ہے۔ بد تحصیل کیا تو بے تحفظ کا خیال۔ محفوظ رہا تو صرف کا ہے جہاں رہنے میں بھی بچا اور جانیں بھی بچیں۔ نعمت تجھ پر ہزار نعمت اٹھال

سادگی کی زندگی میں جو مزاج ہے وہ تکلفات اور بے بھوک کی زندگی میں نہیں ہے۔ جتنا تعلقات کا جال پھیلتا جاتا ہے اتنے فکر و افکار اور ادھام و آلام بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ مثلاً تم تہا رہتے ہو۔ خوشی اور آناؤ کی زندگی بسر ہوتی۔ شادی ہو گئی۔ تو بیوی کا فکر سریر چڑھا۔ ناممکن ہے کہ تہا رہے

چھٹی فصل - اپرگیر یا ترک

پانچواں یم جو یوگی کو اپنے واسطے مقرر کرنا چاہے۔ وہ اپرگیر ہے۔ اپرگیر کے دو معنی ہیں تلے سر و سامان ہونا۔ یا بستیوں یعنی لڈاؤ کو قبول نہ کرنا یعنی ترک کرنا۔ بات دونوں میں ایک ہی نکلتی ہے۔ اور یہ وہی سادھن ہے جسے ویرانت کی سادھن کہتے ہیں۔ برہما کا نام دیا جاتا ہے یعنی بستیوں کو اس نظر سے دیکھنا کہ ان میں دوش ہے اور دوش کی وجہ سے ان میں پھنسا نہیں جاسکتا۔

جو اصول اس اپرگیر میں مضمر ہے وہ کسی سے چھپا ہوا نہیں ہے۔ گیتا کے دو مشلوں میں یہ نہایت سنی خوبی اور خوبصورتی سے بیان کیا گیا ہے۔
 پیتے ہیں دل میں لذت تو لگا جو مزا - لذت سے ہوتا ہے تعلق پیدا
 ہوتی ہے تعلق سے ہو یاد خوش - خواہش سے ہو کرنا ہے عصب پیدا

عصے سے ہو کرنا ہے غفلت کا نام - غفلت سے حافظے میں آتا ہے فتنہ

ہوتا ہے اس قصور سے غفلت کا نام - ہے عقل کا ناس ناس انسان کا کافرو

باد ہے کہ تمام لذات دل یا خیال کی مائع ہیں۔ آدمی اقل دل میں مزے لے لیا کرتا ہے کہ میں فلاں چیز کھاؤں یا فلاں شے پیوں یا فلاں شے بھگوں تو کیا لطف آئے۔ اس طرح دل میں مزے لینے پیتے بستیوں سے ایک قسم کا تعلق پیدا ہو جاتا ہے۔ یہی تعلق ترقی پا کر خواہش کی صورت اختیار کرتا ہے۔

انگی تیز ہوتی ہے اور آدمی تپت ہو جاتا ہے۔ اسی طرح فحش کتابیں پڑھنا بُری بات ہے۔ اردو کی شاعری خاص کر قابلِ نفرت ہے۔ اس میں سوائے زنانِ بزاری کے محاوروں۔ چوچلوں۔ اور محاملات کے اور خاک نہیں ہے۔ ناچ گانے کی مجلسیں جنہیں رنڈیاں بلائی جاتی ہیں۔ پرہیز کے لائق ہیں۔ ایسے انبا جن میں فحش اشتہارات چھپتے ہیں صرف رادیوں کے ٹوکروں میں ڈالے جانے کے لائق ہیں پڑھنے کے لائق نہیں۔ کیسے امنوس کا مقام ہے کہ ان میں سے بہتے اپنے آپ کو خاص ساجوں کا آرگن بنانے ہیں۔ مگر ان کے صفحات ایسے اشتہارات سے بھرے ہوتے ہیں جنہیں پڑھ کر نفرت آتی ہے۔

من کا برہم چریہ برت یہ ہے کہ شہوت رانی کے خیالات اس میں اٹھنے نہ پائیں۔ یہ خیالات طبیعت میں اٹھتے تو کلام اور اعمال میں ظہور پائے بغیر نہیں رہیں گے۔ اس واسطے من کی شدہ سی بانی اور کرم کی شدہ سی سے بھی زیادہ ضروری ہے۔ یہاں بھی لٹریچر عجبت اور باہمی گفتگو کا بیڑا بھاری اثر نہوتا ہے۔ پس میرے دوستو اگر تم چاہتے ہو کہ تمہارے جسم فوری اور صحت مند رہیں۔ دماغ متندرست رہے۔ عقلی۔ اخلاقی اور روحانی ترقی کے قابل ہو۔ تو برہم چریہ برت۔ دھارن کرو۔ پرماننا تمہارا کلبان کرینگے۔ یوگ کے طالب کو چونکہ دھیان بہانے کی قابلیت چاہنیانی ہے۔ اسکے واسطے دماغ قوی کی ضرورت اور بھی زیادہ ہے۔ پس اس کے لئے برہم چریہ کا یا لن کرنا لازماًت میں سے ہے وگرنہ وہ بھی یوگا ابھیاس کے لائق نہیں ہوگا۔

نظر من برہم چاری سب ایک ایسا قابلِ قدر اہم اور مفید مطلب برت ہے کہ ہر شخص کے لئے اسکا دھارن کرنا بُری ضروری بات ہے۔ جو اسے دھارن نہیں کرتے وہ تہ دنیا کے بہتے ہیں تہ دین کے جو دھارن کرتے ہیں انکا دین دہا دہ نہیں جلا ہے۔

اور ہماری میں سچی برہم چریہ برت برابر دھارن کئے رہنا چاہئے۔ تو کیا مرد عورت کا منہ نہ دیکھے اور عورت مرد کا منہ نہ دیکھے۔ اس طرح دنیا کیونکر قائم رہیگی اور نظام عالم کیونکر برقرار رہے گا۔

میرے بھولے دوست تو برہم چریہ کے معنی سمجھنے میں غلطی کر رہا ہے۔ برہم چریہ کے معنی یہ نہیں ہیں کہ مرد عورت کا منہ نہ دیکھے اور عورت مرد کا منہ نہ دیکھے۔ یہ قید تو صرف زمان طالب علی کے واسطے ہے۔ جبیں کیا لڑکا اور کیا لڑکی دونوں کے جسم پوری نشوونما کو نہیں پہنچتے۔ جب دونوں سن بلوغ کو پہنچ گئے تو سلسلہ تولد و تناسل و انتقالے نسل ایک قدرتی امر ہے۔ اس کے روکنے کی جو تعلیم دیتا ہے وہ خلاف قاعدہ قدرت تعلیم دیتا ہے۔ نہ اس کی تعلیم قابل عملدہ ہے اور نہ اس پر کوئی عمل کر سکتا ہے۔ شاستر کا بھلا ایسی خلاف قاعدہ قدرت تعلیم کیونکر دے سکتے ہیں۔

گر ہستی اگر شہوت پرست نہیں ہے۔ بیگانی استری کو ماں بہن کی نگاہ سے دیکھتا ہے۔ اپنی استری سے اولاد پیدا کرنے کے واسطے پہننے میں ایک بار یا دو بار ملن کرتا ہے۔ تو وہ برہم چاریہم کا پابند ہے اور برہم چاریہ برت دھارن کئے ہوئے ہے۔ یہ کرم کے لحاظ سے برہم چریہ ہے۔ جو لوگ بیگانی عورتوں کو تاکتے پھرتے ہیں۔ زنان بازاری میں خراب ہوتے پھرتے ہیں۔ گھر میں جانوروں کی طرح کام کے پس میں رہتے ہیں۔ وہ برہم چریہ پالن نہیں کر رہے ہیں۔ انہیں صحت جواب دہی۔ قبل از وقت ٹوڑھے ہو جاتے امراض میں مبتلا رہینگے۔ اور عقلی۔ اخلاقی و روحانی ترقی نہیں کر سکیں گے۔

بانی کا برہم چریہ یہ ہے کہ تم کامی اور بستی پرشوں کی صحبت میں بیٹھ کر شہوت رانی کی نہ باتیں سنو نہ اپنی زبان سے کہو۔ اس سے کام کی

ایک مرض شمار ہونے لگا ہے اور جو عورتیں اس مرض سے شفا یاب ہو کر
اٹھتی ہیں۔ گھر والے شکر بجالاتے ہیں۔ نوبت کار یہاں تک پہنچ گئی ہے۔
کہ عورت کے جہاں دو ایک بچے ہوئے پھر وہ جا پے کے مکاں سے اکثر
باہر نہیں آتی بلکہ اس کی لاش باہر آتی ہے۔ کیسی حیرت کی جگہ ہے کہ قدرتی
امور بلاے بے درمان ثابت ہونے لگے ہیں *

شکر کا مقام ہے کہ اب ہمارے اہل ملک کی اس نقصان عظیم کی طرف
آنکھیں کھلی ہیں۔ بعض بیدار منتر راجاؤں نے اپنی ریاستوں میں شادی کی
عمر کے قوانین نافذ کئے ہیں۔ ایک دو مدرسوں اور کالجوں میں شادی شدہ
لڑکے داخل نہیں کئے جانے۔ کیا اچھا ہو کہ اور قومی مدارس اور کالج بھی ایسی
تعلیم دہیں۔ بہت سی برادریوں کے جلسوں میں بچپن کی شادی کے خلاف
تجاویز پاس ہوئی ہیں۔ کچھ گورنر کل کھولے گئے ہیں۔ جہاں برہم چریہ برت
شہر طاہروری سہے اور اس سے نافذہ عظیم پہنچتا ہے۔

تعلیم یافتہ لوگ اپنے لڑکے لڑکیوں کی شادی اب اتنی جیوٹی عمر میں نہیں
کرتے جیسے کچھ عرصہ پہلے کرتے تھے۔ مگر کمال بن اور کیا غیر تعلیم یافتہ
لوگوں میں اب بھی بہت کچھ اصلاح اور ترقی درکار ہے۔ اور جب اب بچپن کی
شادی قرار دینی ملک سے سداوند ہو جائے برابر کوشش ہم کی ضرورت
ہے۔ دیکھو یورپ اور امریکہ میں کوئی بچپن کی شادی کا نام تک نہیں لیتا۔
بیاز ہے ہاں بھی ابھی طرح کارواج کیوں نہ ہو اور بیماری نسلیں بھی یورپ
اور امریکہ کی طرح قتل و زعم و مذبذبت مند اور مافوق کیوں نہیں ہوتی
اب کس ہم زمان طالب علمی کی بھی برہم چریہ سے بحث کرتے چلے آتے
ہیں مگر برہم چریہ طالب علمی کے سامنے ہے محدود نہیں۔ جوانی۔ ادھیڑ پن۔

رہتے ہیں۔ اسی واسطے نہ جانوں اور دو افرادوں کی جوہیں کی فوجیں
 اکٹھے کھڑی ہوئی ہیں۔ آئے دن پلٹ پلٹ۔ مگر یا کما زور رہتا ہے
 کیا پہلے یہ بیماریاں ہندوستان میں نہ ہوتی تھیں۔ جوئی تو کہیں نہیں
 تھیں۔ کیونکہ ملک کھڑی ہے۔ سرزمین وہی ہے۔ سارے اسباب وہی
 ہیں لیکن اب فصل کمزور ہو گئی ہے اور بیماریوں کے سبب لیے کی ممانعت
 نہیں رہی ہے۔

اس حالت کے اسباب بے شک بہت سے ہیں۔ کھانے پینے کی
 چیزیں کراں ہیں اور لوگوں کو اتنی غذا نہیں ملتی۔ آبادی پہلے سے زیادہ
 ہے اور حفظان صحت کے سامان اور اسباب بہت کچھ ترقی کے محتاج
 ہیں۔ لیکن باوجود تمام باتوں کے اس امر کے ماننے میں کسی کو اعتراض نہیں
 ہوگا کہ اگر اب اس آدمی کے قوتے اچھے ہوں۔ کالنی اچھی ہو۔ تو صحت بھی اچھی رہے گی
 جسم میں بھی جان ہوگی۔ اور وہ نجف و کمزور آدمیوں کے مقابلے میں ہماری زیادہ
 جھلس سکتا۔ بہرہم چرتہ برہم کے دھارن کرنے ہی سے ہو سکتا ہے۔

مسلمانانہ عہد میں ہندوؤں میں چین کی شادی کی رسم رائج جاری ہوئی۔
 اس کا باعث کچھ ہی ہو مگر یہ رسم جدید ہے۔ پہلے مروج نہ تھی۔ چچن ہی
 میں خاندانہ حیوی کے تعلقات قائم ہو جائیں۔ تو ظاہر ہے کہ کہا ماباں اور کیا حیوی
 دونوں کے خیالات شہوانی ہونگے۔ کلام شہوانی ہونگے۔ اغمل ہوانی ہونگے۔
 کم عمر میں جو اولاد پیدا ہوگی وہ کمزور ہوگی اور ماں باپ دونوں خود کمزور ہوتے
 چلے جائیں گے۔ یہی وجہ ہے کہ ادھر تو ہمارے ملک میں بچوں کی اموات
 زیادہ ہوتی ہیں اور ادھر عورتیں ہیں کہ مری چلی جاتی ہیں۔ آج کل جتنا چاہا
 جو ایک محض قدرتی امر ہے اور جس میں ذرا بھی تکلیف نہیں ہونی چاہئے

کسی کو عورتوں کے سنگ کا خیال تک نہیں آتا تھا۔ مزے سے پڑھا کرتے تھے۔ اور صحت و زور و طاقت کے پتیلے ہوتے تھے۔ یہی لوگ تھے جو سنسکرت کو عجیب و غریب لٹریچر سے معمور کر گئے ہیں۔ یہی لوگ تھے جنہوں نے ہر صیغہ میں اسطر کا کمال حاصل کیا تھا کہ آج تمام دنیا اسے دیکھ دیکھ کر عرش خش کرتی ہے۔ یہ کمال برہم چریہ کی برکت تھی :

آج کل ذرا مدرسوں میں جا کر دیکھو تو عجیب نظارہ نظر سے گزرا ہے۔ بچے زیادہ تر لیٹ قد میں۔ ان کے سہم زار و نحیف ہیں۔ صحتا چھ نہیں ہے۔ اُن کے دن بیمار رہتے ہیں۔ کالجوں میں جا کر دیکھئے تو ان سب باتوں پر ایک اور نیر ادی نظر آتی ہے۔ یعنی جس کو دیکھو عینک لگائے ہوئے ہے۔ جو اس بات کی صریح دلیل ہے کہ نگاہ کمزور ہے اور نگاہ کی کمزوری کا باعث بالعموم دماغ اور اعصاب کی کمزوری ہے۔ یہ غریب کالجوں سے پڑھ کر نکلیں گے تو دنیا میں کیا خاک کا کام کر کے دکھا سکتے ہیں۔ عام شکایت ہے کہ ہندوستان میں دماغ والے آدمی بہت کم پیدا ہوتے ہیں اور ایسے آدمی غنقا صفت ہیں جو کچھ اچھ کا حکام کر کے دکھائیں۔ گو یا اس ملک سے کسب کمال ہی اٹھ گیا ہے۔ یہ اعتراض حق بجانب ہے۔ ہمارے کالجوں کے طالب علموں سے یہ توقع رکھنی کہ وہ مغربی ملکوں کے آدمیوں کی طرح ایجاد و اختراع میں کچھ کر کے دکھائیں۔ ناممکنات میں سے ہے۔ ان میں وہ دماغی طاقت ہی نہیں ہے :

ڈاکٹروں، جیکوں اور بیدوں کی دکانیں روزمرہ پڑھتی جاتی ہیں۔ اشتہاری دوا فروشوں کا شمار نہیں رہا ہے۔ میرے دو سہو۔ یہ بات اظہر من الشمس ہے کہ جتنی کسی چیز کی مانگ ہو کر رہی ہے۔ اتنی ہی وہ مہیا بھی کی جاتی ہے۔ چونکہ لوگوں کے فوے کمزور ہیں۔ اُن کے دن سب بیمار

زور و طاقت پر ہے۔ اگر مکان جسم کی بنیاد کو دوی پڑ گئی ہے۔ اگر آدمی ایمان پر نہیں ہے۔ اگر اسکی صحبت اچھی نہیں ہے۔ اگر اس میں زور و طاقت نہ ہو۔ یا جان نہیں ہے۔ تو وہ کسی کام کو خوبی و خوش اسلوبی کے ساتھ باقاعدہ طور پر انجام نہیں دے سکتا۔ اور جہاں لگاتار باقاعدہ محنت کے ساتھ کام نہیں کیا جاسکتا۔ وہاں کامیابی کی امید رکھیں فضول ہے۔

طالب علم کے واسطے برہم چریہ برت کا دھارن کرنا از بس ضروری ہے کیونکہ اول تو ابھی بچتر کار مرد نہیں ہوا۔ ابھی سے ویرہ کی رکشا نہیں ہوئی تو بچتر کار مرد کی کائنات بکھلتا ہی اس کو نصیب نہ ہو گا۔ دوسرے اور لوگوں کی نسبت اسے دماغی محنت زیادہ کرنی پڑتی ہے۔ علم سیکھنے میں دماغ کا کام ہے تو بوجہ لگائی پڑتی ہے۔ لگا مارا اور باقاعدہ محنت کرنی پڑتی ہے۔ اس کے لئے صحت مند جسم اور توانا اعضاے جسمانی کی ضرورت ہے۔ جو برہم چریہ کے برتن ہی سے ہوتے ہیں۔

ہمارے پڑانے رشی مہی اس اصول سے بخوبی واقف تھے۔ اور اس کی عظمت ان کے دلوں میں اس طرح جاگزیں تھی کہ طالب علم کے واسطے انہوں نے جو میس برس کی عمر تک برہم چاری کا برت لازمی قرار دیا تھا۔ چونکہ تمام طالب علم برہم چریہ پالن کرتے تھے۔ اس واسطے طالب علم کا نام ہی برہم چاری پڑ گیا تھا اور اب تک برہم چاری طالب علم کے معنی میں برابر استعمال ہوتا چلا آتا ہے۔ لڑکا گورو کے آشرم میں بھیجا جاتا تھا۔ وہیں وہ شب و روز رتتا تھا۔ گھرانے کی اجازت نہیں تھی۔ اسکے تمام ساتھی برہم چاری ہوتے تھے۔ گریہ و شکایت ایسے آشرموں میں گزر نہیں تھا۔ سب ملکر تحصیل علم میں مشغول و مصروف رہا کرتے تھے۔ چوبیس سال سے بیشتر شاوی کی اجازت نہیں تھی۔ اس لئے

کہتے ہیں انگلستان میں ایک دفعہ دایہ گڑھی چو پکڑا گیا۔ چونکہ اس ملک میں قانون سخت تھے۔ اسے یہاں کسی کا حکم ملا۔ پھر انہی دینے سے پہلے دستور کے مطابق اس سے پوچھا گیا کہ کسی سے ملنا یا بات چیت کرنی تو نہیں چاہتا۔ اس نے کہا میں اپنی ماں کے کان میں ایک بات کہنا چاہتا ہوں۔ چنانچہ ماں بڑائی لگئی۔ چور نے ماں کے کان میں بات کرنے کی بجائے اس زور سے کچر کچا کر کا بلکہ چور کے کان ہی اکٹھا کر لیا۔ عورت درد سے جڑانے لگی۔ لوگوں نے کہا بھنت تو مرنے کو بیٹھا ہے اور اس آخر وقت میں تو نے درد مہربان کے ساتھ کیا سلوک کیا ہے۔ کس طرح کا شیطان ہے۔ چور نے آؤ سر دھینچی اور جواب دیا کہ میری پہلی چوری بے تھی کہ بچپن میں ایک ہم جماعت کا چاقو جھالایا تھا۔ ماں نے مجھے چوری سے روکا نہیں بلکہ اگلی تعریف کی کہ کیسا جتنا چاقو ہے۔ اگر یہ پہلے ہی دن میرے مکان اسیٹھ دیتی تو آج مجھے پھانسی نہ ہوتی۔ میں نے اسے کان ہسوا سٹے کاٹا ہے کہ اور بونگو عبرت ہو۔

یہ شروع ہی سے خیال رکھو کہ بچے میں چوری کی حادث نہ پڑنے پڑے۔ جو ان آدمی میں اگر یہ خراب عادت ہے تو اس کے لئے بشرطیکہ تہمت کر کے اسے ڈرک کر دینا کچھ مشکل امر نہیں ہے۔ چوری نہ کرنے یعنی اشیتہ کا میڈیا بہت ہی عام فہم ہے۔ خیال رکھو کہ جو چیز ہمارے نہیں ہے اس کے ہتھ لینے اور استعمال میں لانے کا بھی ہمیں استحقاق حاصل نہیں ہے۔ اس سے زیادہ اور کہا آسان رستہ ہو سکتا ہے۔ اگر عادت سے لاجار ہو کر ہم کوئی چیز چھینے ہو تو وہی زربین اصول کو یاد کر کے اور طبیعت پر جبر کر کے اسے نہ اٹھاؤ۔ اور اگر بھول سے اٹھ لائے ہو تو جہاں سے اٹھ لائے تھے پھر وہیں کھڑے آؤ۔ چور کو چوری کرتے کوئی دیکھے یا نہ دیکھے چونکہ اس کا دل پکڑا ہوا ہے

پر سیر واجب و لازم ہے ۔

چوری کی عادت فوج بسا اوقات بچپن میں پڑ جا کر قتی ہے اور آدمی عادت کا غلام ہو کر بڑی عمر میں بھی برابر چوری کرتا رہتا ہے ۔ جماعت میں چونکہ بہت سے لڑکے ٹیڑھا کرتے ہیں اور ان میں بعض غریب ہوتے ہیں اور بعض امیر ۔ وہ ان اس عادت کا پڑ جانا کچھ بھی بات نہیں ہوتی ۔ وجہ اکثر یہ ہوا کرتی ہے کہ امیر کا لڑکا چاقو یا قلم یا کوئی اور چیز لایا ہے ۔ غریب کے لڑکے میں چونکہ خربہ لے کی استطاعت نہیں ہے آنکھ بچی ہے تو وہ پھیرالینا ہے اور اسی طرح کرتے کرتے عادت پڑ جاتی ہے ۔

ماں باپ شروع ہی سے خیال رکھیں تو بچوں میں یہ عادت نہیں پڑ سکتی آپ فضاقت اور سنتوش سے رہیں تو انکے بچے بھی تقلید سے فضاقت اور سنتوش سیکھنے کے کیونکہ بڑی زیادہ تر تقلید ہی سے سیکھی جاتی ہے جیسی جسکی سنگت ہوا کرتی ہے ویسی ہی وہ باتیں سیکھا کرتا ہے ۔ شروع ہی سے سنتوش سکھایا جائے تو بچے کی نینت ڈالو اں ڈول نہیں ہونے یا سگی ۔

ماں باپ کو چوری سے روکنے کی سبیلیں اور بھی اختیار کرنی چاہئیں ۔ گھروں میں اکثر چھوٹی موٹی چیزیں کھلی پڑی رہا کرتی ہیں ۔ ان سے بچے کی دیانت داری کی تعلیم بھی ہو سکتی ہے اور دیانت داری کا امتحان بھی ہو سکتا ہے ۔ اس بات کی سخت احتیاط رکھنی چاہئے کہ بچہ محلے کے لڑکوں یا بدعہ کے لڑکوں کی کوئی چیز چُر کر کبھی گھر میں نہ لانے پائے اور اگر لائے تو سزا پائے ۔

اور جو چیز چُر کر لایا ہے وہ اس سے فوراً واپس کرائی جائے ۔ کبھی کبھی اس کی جیب اوپر بستہ ہو سکتے رہتا چاہئے اور جہاں کوئی چیز ملے فوراً واپس پھر دینے کی اس کی کوشش کرنی چاہئے وگرنہ اعراض بڑا گیا ۔ یا الٹی اسکی تعریف کی گئی کہ کیا اچھی چیز پڑی پالا یا ہے یا چُر لایا ہے تو وہ ترقی کر کے چور بن جائیگا ۔

اسم دہستہ ہتھیلیں۔ یہ کھلی ہوئی چوری جو یا امانت میں خیانت ہو۔ دونوں ایک ہیں۔ پٹری ہوئی چیز کو اٹھا لینا اور مالک کو تلاش کر کے نہ دینا جی کر مہری کے لحاظ سے چوری ہے۔ کیونکہ حیرت ظاہر ہے کہ یہ چیز ہماری نہیں ہے۔ ایسر ہمارا کسی طرح کا استحقاق نہیں ہے۔

من کی چوری یہ ہے کہ لوگوں کی نسبت ہم میں بڑے خیالات کہیں بغض۔ حسد۔ عناد کینہ وغیرہ وغیرہ کے خیالات سب من کی چوری من داخل ہیں۔ تم اس قسم کے خیالات بد کو دل میں بھجولکر بھی رات نہ دو۔ ظاہر میں اپنے آپ کو شریف دکھانے کی کوشش کر رہے ہو اور تمہیں سب شریف سمجھتے ہیں۔ مگر تمہارے من میں پاپ گھر کئے بیٹھا ہے۔ تم ظاہری چور نہیں باطنی چور ہو۔ اے ہنرمند بنادہ برکت دست۔ عیب بادور نہفتہ زیر نعل

ناچہ خواہی خریدن کمزور۔ روز در ماندگی بسیم ذل یاد رکھو کہ خیالات بیچ ہیں اور کلام اعمال شگوفے ہیں۔ بیچ موجود ہے تو وقت خاص پر شگوفے بھی بھوٹینگے اور ضرور بھوٹیں گے۔ انہیں کون روک سکتا ہے بانی کی چوری کئی طرح کی ہوتی ہے۔ جہاں تمہارا دلنا ضروری ہے وہاں جیب پر ہند یا حرف مطلب بجا کر بات کرنا۔ یا بات کو ٹال دینا۔ سب بانی کی چوری میں داخل ہیں۔ اور جو ان کا ارتکاب کرتا ہے وہ چوری کی خراب عادت کا بکج لورہا ہے۔ جس طرح کسی کی امانت میں خیانت کرنی چوری کرنی ہے۔ اسی طرح اور دیکھے افعال کو اچھی نگاہ سے نہ دیکھنا۔ بان کی قابلیت۔ ان کی اغراض کی بے وقوفی کرنا۔ ان کے اقوال و خیالات کو مبالغہ کر کے با حرف مطلب بجا کر غلط بیان کرنا۔ یا جس تعلقی میں وہ بیان کئے گئے تھے اس کا لحاظ نہ رکھ کر بیان کئے پیرایے سے ان کا نہک ہی جدا کر دینا۔ سب چوری کی مختلف قسمیں ہیں اور سب سے ہی

نہ جھوٹی قسم جاں بیانیے کو کھانا نہ ہوں اعتبار اپنا ہرگز جھٹانا
گو اپی میں سچ سچ کہو نہ سودانا کہ حاکم نے گواہ کو مانا نہ مانا
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

نہ بھولے سے دینا کس کو بھی دھوکا بُرا دھوکہ بازی کا دیکھا نتیجہ
یہ باتیں بُری نہیں سمجھو تم اچھا کسی نے جو دیکھا نہ دیکھا تو کھپ کیا
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

پٹری چیز بھولے سے بھی مٹا جاؤ تمہیں کیا پڑی ہے اُدھر جو جاؤ
یہ چور کا ہے دھوکہ نہ نہا کھا اکیلی جگہ بھی یہی دل میں لاؤ
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

نہ چوری سے ہو کچھ نہ روکا نرم کو بہ عادت ہے بد اس ہو عاقبت کو
کرنگی کسی روز بہ حزار تم کو ہو کیا جو نیکرے نہ سرکار تم کو
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

نکا لالوں سے خیالات بد کو کرو ترک تم بغض کو اور حسد کو
نکا لو طبیعت سے سبق نہ کہہ کو ذرا کام میں لاؤ اپنی خرد کو
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

چالاقت کو دل میں ہتے ہیں نہیں مگر کس سے پنہاں پیچے تو انساں
ہیں یہ نہیں گونہ معلوم ہواں پیر انکو بھی مانند ہر درختاں
خدا دیکھتا ہے خدا دیکھتا ہے

اوپر کے بندوں میں جو باتیں بیان ہوئی ہیں وہ سب چوری کی قسمیں
ہیں بعض کرم کے لحاظ سے چوری میں داخل ہیں بعض من اور باقی کے
لحاظ سے کرم کے لحاظ سے چوری کے یہ معنی ہیں کہ جو چیر ہماری نہیں ہے

پس جھوٹ پایا کیٹ چل سب جھوڑو۔ انکی امنت صورتیں ہیں کس کس کو گرس کر کے
 ایک سیتہ کو پکڑو اور مضبوطی کے ساتھ پکڑو۔ اس سیتہ سے تم اسی دنیا میں خوشی
 کے ساتھ زندگی بسر نہیں کرو گے۔ بلکہ تمہاری عاقبت بھی شدہ صرگی۔ اور آخر وہ
 دن آجائے گا کہ سیتہ کے پر تباہ سے تم اپنے آپ کو ست روپ پٹاؤ بھوکو رو گے
 سب پایا جھوٹ جانیگی۔ اور تم اپنے شدہ ست سروپ میں سمٹت ہو گے۔
 یہ عالم امکان ہے جھوٹا سارا جو اس میں پھنسا جھوٹ ہے سکو پیارا
 برحق ہے ذات حق ہے ہر خیال سچ سے رکھ کام پھر نہ مارا مارا

جھوٹی ہیں صورت عالم امکان کی تمام۔ اور حقیقہ نام ہر جھوٹے میں نام
 سچا ہے تو سب کا دیکھنے والا ہر۔ اے مرد خدا ہمیشہ رکھ سچ سے کلم

جھوٹی ہرگز تمہاری گفتار نہ ہو۔ جھوٹی ہرگز تمہاری کردار نہ ہو
 اے بواہو سو نام خدا کا حق ہے۔ حق کہنے سے نہ ہاتھ نہیں خانہ ہو

تیسری فصل اسیتہ باجوڑی کرنا

میزان یعنی ردک جو برگ کے طالب کو اپنے واسطے معر کرنا چاہئے اسیتہ ہے۔
 اسیتہ کے لغوی معنی جوڑی نہ کرنا ہے۔ جو چیز ہماری ملکیت ہے اسی پر ہمارا
 حق ہے۔ اگر ہم کسی اور شخص کی چیز ہتھ لیں اور اسے اپنے استعمال میں لائیں
 تو یہ جوڑی کہلاتی ہے۔ اس سے پرہیز لازم ہے۔ اور وہ بھی اس طرح کہ ہم من

جھپ گنا پھر یاد دہانی پر یاد دہانی کئے جاؤ۔ کون سننا ہے۔ اس طرح ہر ایک میں
 ہیں ایک دو نہیں۔ یہاں بھی سنتیہ پالن نہیں ہے جھوٹ کا بڑا و بڑا ہے۔
 وعدہ دہی کرنا چاہئے جو آدمی پورا کر سکے۔ ہاں وعدہ کر لیا ہے تو اسکا ثورا
 کرنا فرض عین ہے۔ باور رکھو کہ مرد وعدہ خلاف جھوٹا آدمی ہے اور اعتبار کے
 لائق نہیں ہے۔

اسی طرح غیبت بھی سخت عیب ہے اور ترقی کر کے جھوٹ بولنے کا باعث
 بنتا ہے۔ اول اول آدمی لوگوں کی برائیاں کرنا ہے تو وہ حق پر مبنی ہونی ہیں لیکن
 جہاں بد گوئی کی عادت پڑ گئی۔ تو وہ جڑیاں ایسے من سے ٹھٹھکھڑکے لوگوں کو
 سننا ہے۔ اس لئے شروع ہی سے اسکو ترک کرنا چاہئے۔

اگر جھوٹ بولنے کی غلت غائی پر نظر کیجئے تو اسکی تہیں یہ باتیں نظر آ کر تیں ہیں یا تو آدمی میں
 میں سچ بولنے کی استطاعت و استعداد نہیں ہے اور وہ جان بچائے کو جھوٹ
 بولتا ہے۔ یا اپنے کو اپنے سے زیادہ خاںے اور اپنی شان بڑھانے کو جھوٹ
 بولتا ہے۔ یا منکر و مزاج میں اوروں کے خوش کرنے اور اپنی تفریق کرانے کو جھوٹ
 بولتا ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔ بہ سب باتیں اسکے بھرم یعنی غلط فہمی پر مبنی ہیں۔ مزاج
 میں تفریق چاہنا یا میلانے سے اپنی شان بڑھانا تو صریح و صاف مغالطہ ہے ہی
 جہاں خوف سے جھوٹ بولا جاتا ہے وہ بھی بھرم ہے۔ کیونکہ خوف جھوٹ میں
 ہے نہ کہ سنتیہ میں۔ سنتیہ بڑبڑے ہے۔ سبقت میں خوف کی بولناک نہیں جھوٹ ہی
 ہے۔ ہمیشہ ہر حال میں سنتیہ کا پالن کرو اور تمہیں کسی سے کبھی خطر نہ ہوگا۔ بے جگت
 منت ہو گئے۔ اسکی جڑ پر ہم منت روپ ہے۔ جھوٹی ما با ہے۔ ما با کے علم
 نہ ہو۔ ابنا سوپ بچا نو۔ ہم منت روپ برہم ہو۔ سنتیہ ما یا سے ہمیں کچھ سروکار
 نہیں ہے۔ جو ہمیشہ سنتیہ کا پالن کرتے ہیں وہ انجام میں سنتیہ سے بچ جاتے ہیں۔

سب چیزیں تو تم نے نہیں کچھیں۔ پھر جھوٹ بولنے سے کما حاصل۔ واقعات ہی ہر
رجو۔ ادھر ادھر بھٹکتے نہ پھرو۔ ورنہ یہ عادت تمہیں خراب کرے گی اور ترقی کر کے
تم پکے جھوٹے بن جاؤ گے۔

جو آدمی میم الفاظ کا استعمال کرتا ہے۔ کہ سُنئے والا کچھ اور سمجھے اور اسکا مطلب
یکساں ہے۔ وہ صداقت اور صریح طور پر دھوکا دینے کی غرض سے جھوٹ بول
رہا ہے۔ بعض نو ابسا غضب کرنے میں کہ دستاویزات میں میم الفاظ استعمال
کر جاتے ہیں اور بھولے آدمی اُن کے دھوکے میں آکر عدالتوں میں مقدمے ہارنے
ہیں اور نقصان اُٹھاتے ہیں۔ کیا ہوا ایسے لوگوں نے حج کی آنکھوں میں
خاک ڈالی۔ خدا کو تو کوئی دھوکا نہیں دے سکتا۔ یہ اپنے واسطے وہ عذاب
کما رہے ہیں کہ جسکو سوچ کر روٹے کھڑے ہوتے ہیں۔ روزِ ایسے ہی آدمیوں سے
بھری جاتی ہے۔ اور بعد میں ایسے ہی آدمی اپنا بیج اور مفلس قلیل ہو کر اس دنیا
میں جنم دھارن کرتے ہیں۔ تم نے بہت سے فقیر اس طرح کے دیکھے ہونگے کہ
مرضیہ صعب میں مبتلا بھی ہیں اور انہیں کھانے کو روٹی تک نصیب نہیں
ہوئی۔ اُدھر وہ مصیبت اور ادھر بے مصیبت۔ یہ شخص پہلے جنم کے پانی میں اور
اب اُن پالوں کا پھل بھوک رہے ہیں۔

وعدہ خلافی بھی سینہ پالن کے خلاف عمل کرنے اور جھوٹ کی ایک شاخ
ہے۔ اس کا رواج ہمارے ملک میں بہت ہی ہے اور غضب بہ کر دزمرہ
بڑھتا جاتا ہے۔ جلسے کا لوٹس چھینکے کا ہے اور خود سبکدوشی صاحب
سات بجے تشریف لاتے ہیں۔ دوست و احباب یا قرابتی رشتہ دار خاص
کا مونکے کرنے کے وعدے کر جاتے ہیں۔ لیکن بعد میں خبرے نہا شد۔
لوگ چندوں کی فہرست میں نام لکھوا دیتے ہیں۔ لیکن جہاں نام اخبار نہیں

دروغ یقینوں کر نہیں اور یہ نہیں سنت۔ اس حالت میں آدمی کی زندگی
معمولی زندگی نہیں رہتی۔ اس لیے ایک کہ رجبہ اسباب سے کہہ دو، محسوس
کرنا ہے اور حقیقت یہ کہ روزِ مردِ گرہ پیدائش ثابت یس ہوں کر بھی ایسا غلو و واسطہ
بائخ سے نہ گنواؤں۔

طعنہ ایسوں کے کوئی پہلا ہی نہیں + اچھی ایسوں کو کوئی کہتا ہی نہیں
لے حسرت مہر تم نہ جھوٹے پینا + جھوٹوں کا اعتدال۔ یہاں ہی نہیں

دم کی دوستی کا بھرتا ہے یوں کہ کہ ہے وہ اس میں گہرا تاہن کوئی
دلے نہیں جھوٹ کوئی مہر کی جو کہ جسے کہا اعتبار کرتا ہے کون
تمام ایسی باتیں جو واقعہ میں کچھ ہیں اور تم ان کا اظہار اور طرح کر رہے ہو سیدہ پانچ
خلاف ہیں اور ان کا صبر کج نام جھوٹ ہے۔ مثلاً مفسور ہوگا ہے نواسکا اعتراف
کر کے معافی مانگ لینا سیدہ پانچ ہے۔ برعکس اس کے کٹھا کر دیا گیا ہے ہو
یا بے صرفہ حذر اور دلیل پیش کر رہے ہو تو یہ جھوٹ ہے اور صبر کج جھوٹ ہے
اسے اور کچھ نام نہیں دیا جاسکتا۔

ہفت سے آدمیوں میں یہ خراب عادت ہوتی ہے کہ واقعات کو لاپرواہی
یا اپنی شوکت جتانے کی غرض سے مبالغے کے ساتھ بیان کیا کرتے ہیں۔ مانا کہ
ان کی غرض جھوٹ بول کر لوگوں کو دھوکا دینے کی نہیں ہے اور وہ عادت سے
لاچار ہو کر اس طرح کا مبالغہ کر رہے ہیں۔ مگر یہ بھی جھوٹ بولنے ہی کے
ضمن میں آتا ہے۔ اور اس خراب عادت کو ترک کرنا ازسب ضرور ہے۔
اگر تم کسی مقام پر ایک دفعہ گئے ہو تو سو دفعہ کہہ رہے ہو۔ اگر تمہاری
نظریں کوئی تھے اچھی ہے۔ تو اسے اس قسم کی حسبِ چیز و نہ بہتر کیوں لیا کر رہے ہو۔

راستی موجب رضائے خداست

کس نہ بددلم کہ گم خدا نہ رہے راست

راستی کا ایک سیدھا راستہ ہے۔ جس میں کہیں نہ ٹپے نہ کہیں گم ہونے کا خطرہ ہے۔ جہت کی بے شمار راہیں ہیں جن میں سے ہر ایک پیچدار اور پرخطر ہے۔ ایک جھوٹ کے واسطے سو اور جھوٹ کی باتیں تلاش کرنی اور بنانی پڑتی ہیں۔ اس لئے تم سینہ کی سیدھی راہ اختیار کرو۔ اودھ اور حیرت کے خطوں میں ٹھکنے۔ بھروسہ اس میں چپے چپے پر خطر ہے +

بچے کہیں سر رکھیئے اسے ہر بچے کو نہیں نظر کسی سے لے مہر جھوٹے کو ہر گاہ سے ڈرتے اور خوف و خطر بچے کو نہیں ہے ڈر کسی سے لے مہر

دنیا تو تجھ اس کو گستا ہے جنگل + سرگرداں پھر رہا ہے کہا اس سے نکل پڑتیج ہے راستہ ہر گاہ جھوٹ کا مہر + تو سب کو جھوٹا اور لوہا ہست بہ چل جھوٹے کو اپنے ضمیر کا خون کرنا پڑتا ہے۔ وہ اپنی نظریں بھی ڈیل رہتا ہے لوگوں کی آنکھوں میں بھی حقیر رہتا ہے۔ نہ خدا اس سے خوش ہے نہ خلق خدا اس سے خوش ہے +

سہراں و دنا میں یکہ تازی سیکھو صدق اور صفا و بے نیازی سیکھو
ہے درگاہ حق میں رہتا تازی پیارا سیکھو اسے مہر رہتا تازی سیکھو

جو شخص کہ راستی سے یاں جاری ہے + اور جسکو دل میں مہر جیاری ہے وہ دین کا ہے اور نہ دنیا کا ہے + درگاہ خدا میں راستی پیاری ہے جھوٹے آدمی کا اعتبار نہیں رہا کرتا۔ اگر وہ سچ بھی بات کرے تو لوگ اُست کذب و

کہانی سنی جاتی کہ ایک شخص ہیں پنج عشرتی موجود تھے۔ تقدیر نے بامری کی
تو سن سنک میں جانے لگا اور ایک لائق و فائق گرو کا چیلنا بنا۔ سچا رہے
اپنا سارا حال سنایا کہ میں اویاں بھی ہوں۔ جو ابھی کھیلتا ہوں۔ شراب خوار
بھی ہوں وغیرہ وغیرہ۔ گورو نے اور کہنے لگے کہ تو تم سے ہر عیب ترک کر دو
مجھے بہت پہل سیکھ آتا ہے۔ اسنے کہا۔ اس سے بہتر کلمات سے نیکن پرانی
خواب عادتیں جھوٹے ہی سے چھوٹنی۔ بھول چوک ہو جائے تو معاف فرمایا
گورو نے کہا۔ کچھ مضائقہ نہیں ہے۔ تم سے صرف سب سے کاپال چاہتا ہوں۔ مجھ سے
کبھی جھوٹ نہ بولنا۔ اور کچھ نہیں چاہتا۔ جلا خوش ہو کہ بہ کون سی مڑی بات ہے
میں تو سمجھتا تھا کہ آپ کو باغ کھٹن سادھن بتا بیٹھے۔

تب کو جب وہ مجلس خمار میں جانے لگا تو خیال آیا کہ گورو جی پوچھنے
رات کو کیا کرتے رہے تو کس منہ سے کہوں گا کہ جو اکیھلتا رہا۔ لعنت کرو۔ جوئے
میں نہ جاؤ۔ باس ہی اس کی آشنائیں بازاری کا کوٹھا تھا۔ اسنے اوپر سے
آواز دی کہ آؤ۔ آج ایک نہایت ہی نفیس شراب کی بوتل منگوائی ہے۔ خیلے
پھر دیا کہ صبح گورو نے رات کا حال دریافت کیا تو جھوٹا بول سکتا نہیں
ہی کہنا پڑے گا۔ کہ زن بازاری کے کوٹھے پر تھا اور اس کے ساتھ شراب
پیتا رہا کبھی شرم کی بات ہوگی کہ آج ہی چیلنا ہوں اور کل نہ شرمناک کہانی
سنائی پڑی۔ چنانچہ اسنے اپنی آشنا کو کچھ جواب نہ دیا اور گھر آکر بھجن کرنے
لگا۔ اس طرح اسنے عیب ایک رات میں چھوٹ گئے۔ صبح جو حال تھا گورو سے
خوش خوش جا کر کہا تو وہ بہت خوش ہوئے اور کہنے لگے بیٹا۔ سب سے کاپال کرو۔
نہ تمام نیکیوں کی جرئت ہے۔ سب سے باہر کوئی نیکی نہیں ہے۔
ایک یرانے فارسی شاعر کا مقولہ ہے جو اب زرد سے لکھنے کے قابل ہے۔

برت کے دن بھی اس اصول پر قائم کئے گئے تھے جس روز برت رکھنا ہوتا تھا اس سے پہلے رات کو عہد کیا جاتا تھا کہ ہم دن بھر عقدہ نہ ہو گے۔ جھوٹ نہ بولیں گے۔ الشہر کا نام جس کے یا فلاں دھرم سمیت سچی کتاب پڑھیں گے۔ رہجو جن کریں گے۔ اس طرح لو جا کریں گے۔ بہ دان دیں گے وغیرہ وغیرہ۔ لوگوں کو اصول معلوم نہیں ہیں۔ برت اب بھی رکھتے ہیں۔ لیکن وہ برہمچاری پر باک نہیں ہوتے۔

تو ہم بھی انہسا کے برت خاص خاص دن رکھا کرو۔ ان سے من کرم بانی کی انہسا سے بچنے کی عادت پڑیگی۔ اور رفتہ رفتہ عادت استوار ہو کر طبیعت بن جائیگی۔ انہسا کا اصول بہت ہی عام فہم ہے۔ من یا کرم سے جس خیال مات یا کام میں اور کا نقصان معلوم ہو اسے ہرگز نہ کرو۔ اس سے آسان بات اور کیا ہو سکتی ہے۔ جو شخص انہسا کا اچھا پال کر رہے ہیں۔ ان کو بھی من کرم بانی سے کوئی آزار نہیں پہنچا سکا کرتا وہ انیسویں کے سپارکس ہیں۔ انکی زندگی نہایت خوشی کے ساتھ گزرتی ہے۔ خوش خوش جیتے ہیں خوش خوش مرتے ہیں۔ انکے واسطے ترقی کی راہیں کھلتی ہیں اور روحانیت کے میدان میں بے کشکے بڑھتے چلے جاتے ہیں۔

دوسری فصل سہ یا صدق

دوسرا سہ یا راستی ہے۔ راستی کے یہ معنی ہیں کہ جو کچھ ہمارے خیال۔ قول اور فعل ظاہر میں ہیں وہی باطن میں بھی ہوں۔ ہاتھ سرنی سیٹ کسرتی والا آدمی جھوٹا کہلاتا ہے۔ جو ہم سوچو وہی زبان سے کہو اور وہی ہاتھ سے عمل کرو تو سہ کا پال کر رہے ہو درختم ہو۔ راستی کی نسبت یاد رکھنا چاہئے کہ بذات خود سہ لف تریں فننا مل اخلاق میں سے ہے۔ اور تمام فضائل اخلاقی کی جڑ ہے۔ ایک نہایت ہی سچی

بات کا وہ بیان رکھنا چاہئے۔ یوں تو سب کو ہی یہ فضیلت ہیم پہنچانی ضرور ہے
اہل درجہ و شرف و ست۔ اہل علم و فضل اور بڑے آدمیوں کے واسطے یہ
ایسا اور بھی ضروری ہے کیونکہ ان کی ایک ایک بات پر ہر ایک کی نظر
رہا کرتی ہے۔ تم نئے لوگوں کو خاص آدمیوں کی تعریفیں کرتے سنا
ہو گا کہ بولتے وقت ان کے منہ سے بھول جھڑا کرتے ہیں۔ تم بھی اپنی
ذات میں یہی وصف ہیم پہنچاؤ اور تمہاری زندگی خوشی کے ساتھ گزرے گی
مزاح و سخر میں اکثر ایسی باتیں زبان پر آجاتی ہیں جن سے دوسروں کا دل
ٹکے۔ میں یہی مذاق کرو تو دیکھ کر کرو۔ اندھا دھند نہیں۔ سب سے بڑھ کر
بانی کا ہنسکب چلچل رہا ہے۔ تم بھول کر بھی چلچل اور جھوٹی شکایت کرنے والے
نہ بنو۔ نہ ایسے آدمیوں کے ساتھ کسی قسم کا تعلق رکھو۔ شیخی بھارنے کی
عادت بھی چھوڑو۔ یہ بڑی خراب عادت ہے۔ کیونکہ جب آدمی اپنے آپ کو جھوٹ
موٹ بڑا ثابت کرنا چاہتا ہے تو ظاہر ہے کہ جن سے وہ اپنے آپ کو بڑا ثابت
کیا چاہتا ہے ان کی نیند اگر بگاڑ دے اور ضرور کریگا۔ یہی بانی کی ہنسا کہلاتی ہے۔
حن شخصوں کی زبان پر گالیاں چڑھی ہوئی ہیں انہیں یہ خراب عادت ترک
کرنی چاہئے۔ گالی سے زیادہ بانی کی ہنسا اور کوئی نہیں ہے۔ گالی کبھی
نہ دو۔ غصہ طبیعت بر حادی ہے تو اُسے روکو اور اس کا اظہار حتی الامکان
نہ ہونے دو۔ اگر اظہار کرتے ہو تو اتنا ضرور کرو کہ درجہ انسانیت سے گزر کر
بالکل جانور نہ بن جاؤ۔

بہ بانی کی ہنسا کہلاتی ہے۔ اب کرم یعنی اعمال کی ہنسا کو لہجے۔ ہاتھ سے
آدمی یا جانور کی جان لینا ہی ہنسا نہیں ہے۔ بلکہ ہر قسم کا آزار پہنچانا ہنسا
میں داخل ہے۔ آدمی یا جانور کو مارنا پٹینا۔ کسی کا حصہ چھین لینا۔ کسی کا مال

- مبارک اسکو نکاں کی رخت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
 ۱۱- کسی کے ہے پاس ازو سماں - نوکھکھکتم نہ ہو بریشاں
 مبارک اسکو ہو اسکی راحت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
 ۱۲- کسی کو عزت اگر ملی ہے - تو جالے شادی و خوشدلی ہے
 مبارک اسکو ہو اسکی عزت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
 ۱۳- کسی کو گر علم میں ہے شہرت - تو حق تعالیٰ کی تم کو رحمت
 نہیں ہے کیوں اس سے بغض و نفرت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
 ۱۴- کسی نے گر نام نیک پایا - حسد سے دل تم نے کیوں جلایا
 اُسے مبارک ہو اسکی شہرت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
 ۱۵- خدا نے احسان یہ کیا ہے - کہ ہر سب کچھ تمہیں دیا ہے
 تمہیں حسد کی ہے کیا ضرورت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا

یہ تمہاری سب سے پہلی کوشش نہ ہونی چاہئے کہ میں کوئی ایسا فعل نہ کرے جو اوروں کی آزار رسانی کا ہے۔ اگر گزرتا ہے تو اُسے روکو اور میں کو ایسے بیہودہ خیالات کی طرف توجہ نہ کرنے دو۔ جب اٹھیں اُن کی جگہ پاک اور متبرک خیالات سوچو۔ باتیں کرے لگو۔ کتاب لے بیٹھو۔ غرض جس طرح ہو سکے من کو پاک رکھو۔ گندے خیالات کا گھر نہ بناؤ۔ کیونکہ نہ ان سے کچھ فائدہ ہے نہ کچھ حاصل ہے۔ اٹھا پنا ہی نقصان ہے کسی اور کا نہیں۔ اب بانی یعنی زبان کی ہنس لیجئے۔ ایسی بات زبان پر لانی جس سے دوسرے کا جی دکھے ہنس میں داخل ہے۔ پس بات بولنے سے پہلے لفظوں کو تہہ لو۔ اور ہمیشہ دیکھو کہ تمہاری بات کسی کو ناگوار تو نہیں گذریگی نہ ہی مذاق میں معمولی گفتگو میں۔ آپس کی بات جیت میں اس

جل جانا اور من میں انکی بولنی چیتنا۔ حسد کا مضمون ایسا عام ہے کہ میں اُس پر
خام فرسائی مناسب نہیں سمجھتا۔ صرف اپنی ایک نظم کے اشعار ذیل میں نقل کرتا ہوں

- ۱۔ ملی تمہیں ہر طرح کی نعمت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
خدا کی نعم پر ہوتی ہے رحمت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۲۔ حسد ہے جہیں وہ دل جلا ہے - حسد نہایت بُری بلا ہے
حسد نہیں بلکہ ہے مصیبت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۳۔ حسد جلاتا ہے جان و تن کو - حسد جلا دیتا ہے بدن کو
نہ سہنا اُسکی کبھی اذیت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۴۔ کسی نے کپڑا ہے اچھا پہنا - کسی نے پہنا ہے بالک گھنا
تمہیں ہوئی اُس کیوں ثابت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۵۔ کوئی ہے گرمونہی سی صورت - تمہارے دل میں کیوں کدورت
مبارک اُسکو ہوا اچھی صورت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۶۔ کسی کا تن ہے اگر توانا - تو کیوں بُرا تم نے دل میں مانا
مبارک اُسکو ہو زور و طاقت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۷۔ کسی کے گریاس مال و زر ہے - تمہاری کیوں اس طرف نظر ہے
مبارک اُسکو ہو مال و دولت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۸۔ کسی نے حبشت اگر ہے پائی - تمہارے دل میں کیوں بُرائی
مبارک اُسکو ہو اُسکی حسنت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۹۔ بڑا جو حیدرہ بلا کسی کو - تم اُس سے کیوں بچ دتا میں
مبارک اُسکو ہو شان و شوکت - حسد نہ کرنا حسد نہ کرنا
- ۱۰۔ مکاں کسی نے اگر بنایا - تمہیں ہے کبوں ایسے شکست

اس کا سر پھوڑ دوں۔ جوتیاں ماروں۔ گالیاں دوں۔ یا اس طرح یا
اس طرح جس طرح ہو سکے نقصان پہنچاؤں۔ ظاہر ہے کہ نقصان پہنچانے
کی قدرت تم میں ہوتی تو پہلے ہی پہنچا چکے ہوتے۔ ان بے فائدہ طبیعت
خراب کرنے والے خیالات سے کیا حاصل ہے۔ انہیں طبیعت سے
نکال ڈالو۔ اور شکر کرو کہ خداوند کریم نے تمہیں کسی کو نقصان پہنچانے
کی طاقت نہیں دی۔

چگونہ مشکراں نعمت گزاری

کہ زور مردم آزاری نداری

اس کے یہ معنی ہیں کہ تو اس بڑی بھاری خدائی نعمت کا شکر کیونکر
ادا کر سکتا ہے کہ خداوند کریم نے تجھے لوگوں کے ستانے کی طاقت
نہیں بخشی۔ ان خیالات اور ایسے خیالات کو خاطر میں بٹھاؤ۔ ستانے۔
دلانداری اور ہنسا کے خیالات کہ بار بار دل میں نہ لاؤ وگرنہ عادت پڑ کر
یہ تمہیں بہت دق کرینگے اور تم بیٹھے ہوئے سب کی برائی جینا کر دگے۔ بات
جو ہونی بھی ہو گئی۔ اب تم ایسا من کیوں بے فائدہ ایو تر اور گند کر رہے
ہو۔ نہیں تلسی داس جی جہاں راج کا وہی بچن اپنے دل پر کندہ کر لینا چاہیے کہ
ایشور پر ہاتھ اعمال کی بھول چوک تو من میں نہیں رکھتے۔ لیکن انسان کے
دل میں جو خیالات مد گزرتے ہیں۔ سو سوا یعنی ضرور بال ضرور ان پر دھیان
دیتے ہیں۔ یہ بات بالکل سچی ہے۔ کیونکہ جیسا میں اوپر لکھ آیا ہوں خیال
ہر ایک بات کا زیج ہے۔ اول دل میں خیال پیدا ہوتا ہے۔ پھر کلام بن کر
زبان پر آتا ہے اور تفسیرے درجے پر ہاتھ سے عمل بن کر سرزد ہوتا ہے۔
من کی ہنسا کی ایک صورت حسد بھی ہے۔ یعنی اوروں کو خوش دیکھ کر

یا ہاتھ سے کسی فرد بستر کو ہی نہیں بلکہ کسی ذی حیات کو کسی طرح کا آزار نہ پہنچائے
اب ایک ایک کو لیتے جاتیے :-

من کی ہنسا کو بخوبی ذہن نشین کر لیجئے۔ من کا بڑا درجہ ہے۔ اول
خیال طبعیت میں اٹھا کرتا ہے۔ بعد میں وہ الفاظ کا جامہ پہن کر زبان پر
آتا ہے۔ اور آخر میں کرم یعنی عمل میں اظہار پاتا ہے پس من میں ہنسا کا
خیال بھول کر مت اٹھنے دو۔ من ہمیشہ شدہ رہے۔ من ایشور کا مندر ہے
جس میں ایشور کا نو اس ہے۔ اس کو ہنسا کے گندے خیالات سے
گندنا نہ کرو۔ ایشور ہاتھ کے کرم کو اتنا نہیں دیکھنے جتنا من کے خیالات کو
دیکھتے ہیں۔ جہاں جالسی اس جی کہتے من اور کیا ہی سچی بات کہتے ہیں :-

رکھت نہ پر بھو چن چوک کئے کی
کرت شرت ستہ بار ہئے کی

یعنی شری رام حیدر جی کرنے کی بھول چوک کو اپنے دل میں جگہ نہیں دیتے
مگر من کے خیالات کو بار بار ذہن میں رکھتے ہیں۔ پس ہنسا کے خیالات کو
من میں جگہ نہ دو۔ جب اُنھیں سچی و کوشش روکو :-

میرے دوستو میں نے مانا کہ بازار میں تمہاری کسی سے لڑائی ہوئی
ہے۔ یا ملاقاتیوں رشتہ داروں یا کسی اور شخص سے کہا سنی ہوئی ہے یا
تمہارا کسی سے برہوں سے عداوت چلا آتا ہے۔ یا تمہاری دولت میں ریخ یا جھوٹ
کسی شخص نے تمہیں نقصان پہنچایا ہے۔ یا اور کوئی ایسا پادشاہ ہے کہ تم
خاص شخصوں سے مارا ضرب ہو۔ غرض کچھ ہی صورت کیوں نہ ہو وقت پر
تم محتاط سے۔ شرم حضور ہی سے بچنا اپنی کمزوری سے نہ کچھ کہہ سکے نہ کچھ کر سکے۔ اب
گھر میں بیٹھے بار بار کیوں ان بیہوش خیالات میں غلطیاں پیچاں ہو کہ میں

اس درجے کا ہے کہ بوڑھوں اور جنیوں کا تو جھڑہ یہی ہے کہ "اہنسا میری جڑ ہے"۔
 معنی کسی کو آزار نہ پہنچانا ہی دھرم کا آئینہ ہے۔ اسی باعث سے ہر لوگ گوشت
 خواری سے مجتنب رہتے ہیں۔ گوشت ہم پہنچانے کے واسطے جانوروں کو مارنا
 پڑتا ہے۔ مانا کہ ہم آپ نہ ماریں لیکن ہم گوشت کھاتے ہیں تو اور لوگوں کو
 ہمارے واسطے جانور ذبح کرنے پڑتے ہیں اور اسی مطلب سے دنیا میں
 ایک فرقہ خاص یعنی قصاب پیدا ہو گئے ہیں جو جیو ہنسا کرتے ہیں۔ اور لوگوں کے
 ذائقہ زبان کے ہم پہنچانے کے واسطے طرح طرح کے جانوروں کا گوشت
 بیچتے ہیں۔ یہی ہنسا نہیں کرتے بلکہ حوان کے خریدار ہیں وہ سب اس ہنسا
 میں شامل ہیں۔ کیونکہ کوئی گوشت نہ کھائے۔ تو جانوروں کو کون اور کس
 لئے ہلاک کرے گا؟

یہاں تک یہ سب باتیں سچی اور سچی ہیں۔ گوشت کھانے سے نہ کھانا بہتر ہے
 اور مجھے یقین ہے کہ اہنسا کا ذکر جہاں کہیں آئیگا۔ کوئی شخص محض اس بات کے
 نام کرنے کے واسطے کہ بے زبان جانوروں کا مارنا اچھا ہے۔ کبھی بحث میں لب
 نہیں کھول سکیگا۔ لیکن یہ اہنسا کا صرف ایک پہلو ہے۔ یہی لالہ جی جو قصاب
 کی دکان سے گزرتے وقت منہ پر رومال رکھتے ہیں اور زبان سے ہرے رام
 ہرے رام کہتے ہیں۔ موقع پڑنے پر مول اور سیاح کے واسطے اپنے مجنس کیا
 بھابیوں تک کا خون پینے کو تیار دیکھے جاتے ہیں۔ پس اہنسا کی نسبت انکا
 جو کچھ خیال ہے وہ بہت ہی تنگ دائرے میں محدود ہے اور اس کو بڑی
 بھاری دوست کی ضرورت ہے۔

اہنسا جس چیز کا نام ہے۔ وہ تین طرح سے کی جاسکتی ہے۔ بن، ما خیال سے
 باقی یا زبان سے اور کرم یعنی ہاتھ سے۔ اصلی اہنسا پرش ہی ہے جو خیال زبان

پھیلاؤ سمٹ جانا اور سروپ میں قیام کا نصیب ہونا۔
 بر لوگ کے آنکھوں (اگ یا حصے میں اور یہ ان کی مختصر و مجمل تعریفیات ہیں
 سب کے مفصل و مشجح بیان بالترتیب اس کتاب میں آگے آئیں گے
 اور ان کے بیانات میں لوگ شاستر کے تمام مسائل پر روشنی ڈالنے کی
 کوشش کی جائے گی۔ یہاں مختصر تعریفیات اس لئے دیدی گئی ہیں
 کہ مضمون کے سمجھنے میں رکاوٹ نہ ہو۔ آسانی کے ساتھ ہر بات صاف
 صاف سمجھ میں آتی چلی جائے۔ چونکہ یم اور نیم لوگ کے پہلے دو ناگ ہیں
 اس واسطے اول ان کا بیان دینا ہوں۔ آگے کے دو بابوں میں پانچوں کیوں
 اور پانچوں نیموں میں سے ہر ایک پر بسیط مضامین دئے گئے ہیں جنہیں
 زیادہ تر عملی باتیں ہیں۔ اس کتاب کی غرض لوگ کے مسائل کو عام فہم
 طریق سے بیان کرنا ہے۔ اس واسطے یم اور نیموں کا فلسفہ یہاں نہیں لکھا
 گیا ہے۔ بلکہ علیحدہ باب میں اس کی تشریح دی جائیگی۔

باب دومیمون کا بیان

پہلی و فصل۔ اہنسا یا بے آزادی

اہنسا کے معنی اوپر بیان ہو چکے ہیں یعنی کسی کو ہراسہ نہ پہنچانا۔ بہ پیارا اصول اخلاقی

اشنانگ لوگ کیا ہے

کہ مجھ کی طرح یہ ان آٹھوں انگوں کی تعریفیں یہاں کر دی جائیں۔ ہر ایک کا مفصل بیان آگے دیا جائیگا۔ آٹھوں انگ مندرجہ ذیل ہیں۔ نیم۔ نیم۔ آسن۔ پرا نا یا م۔ پرنیا مار۔ دھارنا۔ دھیان۔ شادھی۔

نیم کے معنی ہیں روکنا یعنی خاص باتیں من کو نہ کرنے دینا۔ بھگوان پنجابی ان کی تعداد پانچ بتاتے ہیں۔

نیم کے معنی ہیں عہد کر کے کرنا۔ یعنی خاص باتیں عہد کر کے روز مرہ کرنے رہنا۔ ان کی تعداد بھی پانچ ہی مقرر کی گئی ہے۔

آسن کے معنی ہیں طرز نشست۔ یوگی کو چونکہ ابھیا س کے واسطے بیٹھنا پڑا کرتا ہے اس واسطے ایسے طرز نشست کی خاص ضرورت ہے کہ وہ آرام سے بیٹھ کر ابھیا س کر سکے۔ اسے آسن کہتے ہیں۔

پرا نا یا م کے معنی ہیں۔ پیرالوں کا روکنا۔ یہ آتے جاتے سانس کے روکنے سے شروع کیا جاتا ہے۔ اور اس کی انتہا یہ ہے کہ جو سوکشم یا لطیف قوتیں جسم خاکی کو حرکت دے رہی ہیں ان پر قابو حاصل ہو جائے۔

پرنیا مار کے معنی بدلنا ہیں۔ یعنی اندریوں کو من کی صورت میں اس طرح بدل ڈالنا کہ کھلا ہوا کان اور آنکھ کے کھلی ہوئی آنکھ رنگ و صورت نہ دیکھ سکے غرض اندریاں بشیوں سے متاثر نہ ہونے پائیں۔

دھارنا۔ کے معنی ہیں من کو ایک نقطہ پر اس طرح قائم کر لینا کہ وہ وہاں سے چلنے چلنے نہ پائے۔ بلکہ وہیں اٹکا رہے۔

دھیان۔ دھیان کے معنی ہیں دھارنا کی دھار برابر ایک رس جاری رہنی جس دھارنا کو اگر نقطہ فرض کیا جائے تو یوں سمجھو کہ دھیان خطی مانند ہے۔ شادھی کے معنی ہیں۔ رز و دھ کی حالت کا ہم پہنچا یعنی برتیوں کا تمام

* کہلاتا ہے بس نام اسی کا تو یوگ
 اور اس میں ہی ہوتا ہے ہر اک گہر
 کرنے لائیں یہی ہے کر کے یقین
 اس طرح کہ اضطراب کا کچھ نہ ہو روگ

من جب یہ اضطراب اور جھل ہو
 لے آئے پھر پھر کس دیر میں
 اور جائے جہاں جہاں ہو
 رکھے۔ جانے نہ دے کہیں لے تو خود

من ہو گا جب شانت تو بس یہ یوگی
 ہو جاتی شانت خود ہمیشہ جبرکی
 ہو جاتا ہے جو رہم گناہوں کا
 یاتا ہے وہ سکھ۔ نظیر جس کی تری

یہ یوگ ہے۔ یوگ شانت نہیں وہ وسیلے اور طریقے بتاتا ہے جس سے ہم اس
 بے نظیر سکھ کو حصول کر سکیں۔ مذکور دروچ و غم۔ کلفت و تکلیف جنہوں نے دلوں
 میں گھر کر رکھا ہے۔ وہاں سے نکلیں اور ان کی جگہ بے مثال و بینظیر آئندہ رکھیں

دوسری فصل۔ اشٹا یوگ کیا ہے

یوگ کے معنی ہیں تمام برائیوں کا پھیلنا و سمٹ کر نہرودھ کی حالت کا ہم پہنچنا۔
 اسی کو سادھی کی حالت کہتے ہیں۔ سادھی یوگ کی معراج ہے۔ باقی جو کچھ ہے
 وہ سادھن ہے۔ اس سادھن کی حالت کے سات درجے بھگوان پنجلی
 قائم کرتے ہیں۔ انھوں نے سادھن سادھی ہے۔ اس طرح گویا لوگ کے آٹھ انگ
 یا حصے ہوئے۔ انہیں کہتے ہیں اشٹانگ یعنی آٹھ حصے والا یوگ کہتے ہیں۔ پندرہ

دار و گریہ ہے۔ ہاں جب لڑائی ہو جکتی ہے تو ہر ایک مجروح رونما پٹینا شروع کرتا ہے۔ بھلا کیوں۔ اب توجہ بٹانے والی چیز نہیں رہی۔ اور دھیان پر بھر کر تکلیف کی طرف جاتا ہے +

ابھی اس یا یوگ اسی اصول پر مبنی ہے۔ دنیا میں دکھ بھرے پڑے ہیں۔ اور لوگ ہیں کہ ان سے اس طرح گھرارے ہیں جس طرح آب کم میں مچھلیاں تیاں ہوتی ہیں۔ اس تکلیف اس دکھ اس درد کو کہ اس طرح ہٹائیں اور اس کی جگہ سکھ کو نکال کر ہم پہنچائیں۔ بس اس طرح کہ دھیان دکھ دینے والی چیزوں سے ہٹاؤ۔ من کا پھیلاؤ سمیٹو۔ اور اُسے ایک نقطے پر لاؤ۔ دکھ جاتا رہیگا۔ اور اس کی جگہ سادھی کا وہ سکھ رونما ہوگا۔ جس کی مثال اور نظیر نہیں ہے۔ اسی کی نسبت شری کرشن بھگوان گیتا کے چھٹے آدھیائے میں ارجن سے فرماتے ہیں +

جب کرتا ہے وصل آتما میں یوگی + روکے ہوئے نفس کی ہے تحصیل یہی
جیسے ہو بے ہوا جگہ اور دان شمع + روشن ہو پڑے جلتے نہیں لو اس کی

اس یوگ کی مشق سے رکا جہاں + اور نفس سکون ہو اسے شیرجواں
جب اپنے آپ ذات کو اپنی ہی بنا + دیکھے اور آتما میں خوش ہوا انسان

جب ہے حد سکھ کہیں لے جڑھی + اور وہاں تک و تترن ہو جسوں کی
مخوس ہو۔ اولیسا ہو پھر احوصل + من کو کہ حقیقت سے نہ غرض ہو کبھی

اس طرح کا سکھ کہ اسکو یوگی پا کر + مانے نہیں اور سکھ کو ہرگز برتر
حسن میں کر کے حصول اپنا پھر احوصل + تکلیف عظیم سے نہ ہو پھر مضطر

من بس میں ہو کر تار پے سنی پیہم ✽ تجویز یہ ثمرہ نہیں دیتی ہے کسے
 شہزور من کو بس میں لانے کے لئے دو تجاویز بھگوان کرشن بتاتے ہیں۔ ایک
 بیراگ دوسرا ابھیاس۔ بیراگ گیانیوں کا حصہ ہے۔ اس میں دنیا کو نقشہ سہواں
 کی طرح چھ تماشوں اور اپنے آپ کو اس کا تماشا بنی کر کے دیکھا جاتا ہے۔ یہ رستہ
 کٹھن ہے۔ کیونکہ بچا رہ کا بہت کام ہے۔ دل غڑا کر سوچا جاتا ہے۔ پُرانے خیالات
 اسی جنم کے نہیں بلکہ جنم جمانتر کے چھوڑنے پر پڑتے ہیں اور ان کی جگہ نئے جملے پڑتے
 ہیں جو دل میں بہت ہی مشکل سے بیٹھتے ہیں۔ اگر تم اس راستے پر چل سکو تو کیا بات
 ہے۔ اس سے بہتر اور رستہ نہیں ہے۔ مگر وقت و شکل سے گھبراتے ہو تو دوسرا
 راستہ اختیار کرو یعنی ابھیاس یا یوگ کا۔ اس میں وہ طریقے بتائے جاتے ہیں
 جن سے خیالات پریشان نہ رہیں بلکہ ایک نقطے پر جمیں۔ جتنا دکھ ہے وہ من کے
 پھیلاؤ اور خیالات کی پریشانی کے باعث سے ہے۔ اگر اس دکھ کو سکھ سے تبدیل
 کیا جاتے ہو۔ تو خیالات کو ادھر ادھر پریشان نہ ہونے دو۔ بلکہ سمیٹ کر اور
 دکھ سے ہٹا کر کسی اور طرف لگا دو۔

تم نے دیکھا ہو گا کہ بچے کے چوٹ لگی ہے اور وہ در د سے ہائے ہائے
 اور زالہ و قریا کر رہا ہے۔ اس کے آگے جھنجھٹا بچانے لگو یا کھلونے بچانے لگو
 تو وہ چپ ہو کر کھلونوں کی طرف متوجہ ہو جائیگا۔ آدمی بیمار ہو اور در د سے
 غل چائے تو اس کی توجہ بھی در د کی طرف سے ہٹاؤ۔ بانوں میں لگا دو یا کسی اور
 چیز کی طرف اور دیکھو گے کہ وہ در د محسوس نہیں کرے گا۔ لڑائیوں میں دیکھا
 گیا ہے کہ سپاہیوں کی تلوار یا بندوق سے ہاتھ یا ٹانگ اڑ گئی۔ مگر وہ
 غل چاچا کر اسی طرح لڑے جاتے ہیں۔ گو یا تکلیف محسوس ہی نہیں ہو رہی
 ہے۔ وجہ یہ ہے کہ توجہ تکلیف پر نہیں بلکہ لڑائی کے ہنگامے سوار۔ غل اور

کبھی عابد کبھی زاہد کبھی ہے گبان کا شائق
کبھی ہے یوگ کا عامل کبھی ہر دھیان کا شائق
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں
کبھی ہے خواب میں اور عالم مالا بہ جانا ہے
کبھی ہے یار ہو کر عالم اسفانی میں آتا ہے
کبھی خط عالم حیرت کا عطف میں پاتا ہے
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں
سنگ مں کب کسی نے اس طرح نیرنگ کی ہے
کہاں توں طرح نے اس طرح کے رنگ کیے ہیں
یہ ایسے رنگ دیکھ ہیں ایسے دھندلکے ہیں
خوض اجاب ہم نے دل کے ہاتھوں تک دیکھے ہیں
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں
طلم عالم امکاں ہے کیا؟ بھیلاد ہے دل کا
جسے پھیلاؤ تم سمجھتے ہو وہ سب چا دے دل کا
یہ برتاؤ اجہاں کا کیا ہے؟ سب ماوئے دل کا
خودی ہے گواہ دل کی خود نمائی دار ہے دل کا
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں
زول کہنا اسے اسے مہر غم یہ تعبیر کر ہے
پھنسا جو شجروں میں اس کے دو حیراں شہید ہے
سجھتے ہو جسے کوں و مکاں سب دل کے اندر ہے
وعاشق سے یہی مانگو دعا بے سگ بہر ہے
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں
شناختی درکار ہے اور آتما اور موکس کے مزے لئے ہیں تو سب سے مقدم اس
طاقیر اور شہزاد میں کو روکنا چاہئے۔ اس کی تجویز کیا سنو۔ ارجن لے جو من روکنے
کی دقت کی تسکین بھگوان کرتن سے کی تھی اس کے جواب میں بھگوان کہنے ہیں ۛ
لے ارجن کام ہے یہ بے شک شکل
مضطر ہے بہت رگنا ہے شکل سے دل
ان دونوں سے ہو جانا ہے مطلب حاصل

من جبکا نہیں ہے بس میں شکل ہے اسے ہے مری راے۔ یوگ کہتے ہیں جسے

کبھی خوراک اور پوشاک پر مڑنے کے آتا ہے غرض کس کس طرح کے ناچ ہم کو یہ بچاتا ہے

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

کبھی سوز مجتہد ہے کہ اس سمسار کا رنج کبھی بعض حصہ کے رنج میں غفلت ستھاری ہے
کبھی اولاد سے الفت کبھی پار سے باری ہے لڑائی و متنوٹے ہے کبھی اور اس میں ضاری ہے

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

کبھی یہ جلسہ ہستیاں یر جان دیتا ہے کبھی تہ تیغ میناے نے یرکان دنیا ہے
کبھی چنگ و رباب دف کی جانب مینا ہے کبھی گانے کی تانوں کی توادشا مان دیتا ہے

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

کبھی دیکھا تو اس میں عشق کے ارمان بڑھے کبھی ہجوم ہاں دیکھا حسرت و حزن بڑھے
غوشی کا جوش دیکھا اصل کے سامان بڑھے فران یا دیکھا اور غم سچاں بڑھے

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

ہمیشہ شاغل و شغال لا طائل اسے دیکھا ہمیشہ تو میں کرتے ہوئے زائل اسے دیکھا
وطن اور گھر کی جانب آج گراں لائے دیکھا توکل سبر و سفر کا طالب و سائل اسے دیکھا

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

کبھی کہنا ہے ہم سیر گستاں چلے دیکھئے گے بہاؤستاں کے ساز و سامان چلے دیکھئے گے
کبھی خود پیش ہے ہم رشتہ بیاہن چلے دیکھئے گے کبھی یہ ستون ہوتا ہے کہ سید اچلے دیکھئے گے

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

اٹلی موج اور کدیم بحر طوفانی میں یہ پہنچا اسے چھوڑا ذرا اور کوہ پر فانی میں یہ پہنچا
اتر کر وہاں سے نعرہ چاہی دکالی میں یہ پہنچا چڑھا اور راحت ہمراہ میدانی میں یہ پہنچا

الہی کس طرح ہم اپنے دل سے مخلصی پائیں

کبھی نفرت کبھی رغبت کبھی ارمان کا شائق کتابوں کا کبھی کیرا کبھی عرفان کا شائق

بھی یہ بندر کی طرح ناچ نچا ڈالتا ہے۔ ایسے مرد وہ نہیں جو اپنے ہم جنس مردوں کا مقابلہ کرے۔ بلکہ وہ ہے جو اپنے من پر غالب آئے

کہنے کو ہے زندگی درختوں کی بھی ۔ انسان کی بھی زندگی ہے اور جہاں کی جینا ہے اسی کا ایک دنیا میں مہر ۔ من حیت لہا جس نے یہاں جیتے جی ارجن ساتیر مرد دنیا میں کم ہوا ہے ۔ سور میر مہا بھارت کا سب سے بڑا ہیرو اور سب بانتے ہیں کہ مہا بھارت سی جنگ سخت اند کوئی نہیں ہوئی ۔ مگر یہی سب ترمذ بھگوت گسا میں مہاراج کرشن سے کہتا ہے ۔

یہ یوگ جو کرشن آپ نے بتلایا ۔ یکساں نظری کا ۔ مری سنئے تو ذرا ٹھہراؤ نہ ہوگا یہاں با استقلال ۔ کیا وجہ کہ اضطراب کا ہے کھٹکا

جیجیل ہے من کرشن اور طوفانی ۔ ستھنوری و مضبوطی ہے یاں ثانی
من کا مشکل ہے روکنا بس اس طرح ۔ حسن طرح کہ کٹھی میں ہوا لے آئی
اسی من کی ستھنوری اور دنی کرنے کی قوت و طاقت سے ننگ اگر شاعر ایک
پرزور نظم میں جناب الہی سے دعا مانگتا ہے ۔

کوئی کال ملے ہو کو ذرا سکے پاس ہم جائیں کہیں انہی سس اسکی حل میں کہے لائیں
دل ناواں سمجھتا ہی نہیں کہا اسکو سمجھاں ہر ازل آرزو میں ہیں ہزاروں بیٹیاں
الہی کس طرح ہم اپنے دل سے غلطی یا نہیں
کبھی اسکو مانتا ہے کہ دولت جھکول جائے کبھی نہ آرزو ہے جاہ و جہت جھکول جائے
کبھی خواہش ہے اسکی نام شہرت جھکول جائے کبھی کہنا ہے ہم چشم نہیں عزت جھکول جائے
الہی کس طرح ہم اسے دل سے غلطی یا نہیں
کبھی توفیق عمارت ہے کہ دل میں گھر بنا نا ہے کبھی یہ ساز و سامان کی طرف اشارہ کرتا ہے

انہیں کو برتیوں کا نام دیا جاتا ہے۔ ان میں صرف بیرونی اشیاء کے علم کی تصاویر ہی داخل نہیں ہیں بلکہ تاثرات اور جذبات اور خواہشات و ارادات بھی شامل ہیں۔ ہر طرح کے خیالات اور توہمات القات و محبت و محبت و نفرت و سکھ و دکھ۔ لوک یروک کی چیزوں کی چاہنا اور سعی و کوشش سے انکی تحصیل کا ارادہ سب چیت کی برتیاں ہیں +

ذرا غور تو کرو ان برتیوں کا پھیلاؤ کتنا ہے۔ ایک دنیا کی دنیا ہے جسکی وسعت کا اندازہ لگائے نہیں لگ سکتا۔ جتنا غور کرنے جائے اتنی ہی حیرت و استعجاب ہوتی جاتی ہے۔ علم النفس یا سالی کو لوجی میں انہیں برتیوں سے بحث ہوتی ہے۔ ان کی تقسیم و تفصیل کی جاتی ہے۔ انکے پیدا ہونے اور قائم رہنے کے اسباب بتائے جاتے ہیں۔ اور ان کو کام میں لانے اور فائدہ اٹھانے کے طریقے انکی تعلیم و تربیت اور نہیں ستر برتیوں کی تباہی و بربادی کی جاتی ہیں۔ اگر گناہ سے پہلے گناہ سے ان برتیوں کو تباہ کر دیا جائے تو تقسیم و تقسیم کرنا اور انہیں کٹنے کے طریقے بتائے جاتے ہیں۔ اس واسطے کہ انکی پھیلاؤ دی بڑا بھاری نہیں ہے۔ بلکہ یہ بڑی طاقتور

چیزیں بھی ہیں۔ دھیان جانے بیٹھو تو اس وقت سخت خلل انداز ثابت ہو اگر تیری میں آدمی دھیان کیا چاہتا ہے اسٹ دیو کی مورتی کا۔ ایشور کا یا کسی مت و غیرہ کا۔ مگر یہ پھیلاؤ والی زبردست برتیاں دھیان جتنے نہیں دینیں۔ من ہے کہ کھینچا کھینچا کبھی ادھر آنا ہے کبھی ادھر جاتا ہے اور دھیان کرنے والے کو اپنے ساتھ اس طرح گھسیٹ کر لے جاتا ہے جس طرح کستی کو رستی گھسیٹتی لے جاتی ہے۔ غرض برتیاں بھی بڑی طاقتور چیزیں ہیں اور من بھی بڑی شہزور چیز ہے۔ دھیان جمانا چاہتے ہو تو انکی روک تھام ضروری ہے +

من البسی شہزور چیز ہے کہ جو سور بیر میدان جنگ میں تلوار اور بندوق کی مار سے نہیں ڈرتے اور شیروں کی طرح مرد مقابل ہو کر ڈٹے رہتے ہیں۔ انکو

لئے جانتے اور وہیں ان پر بحث و مباحثہ بھی کئے جاسکتے ہیں

یہاں صرف اتنا سمجھ لینا ہی ہے کہ حیات وہی چیز ہے جسے معمولی بول چال میں من کا نام دیا جاتا ہے۔ اسے انگریزی میں مائنڈ اور عربی میں نفس کہتے ہیں۔ گیان اندریوں یا اوس خمسین کاں جلد آنکھ ناک اور زباں سے ہیں جو باہر کی چیزوں کا علم حاصل ہوتا ہے۔ بہ من اس کی چھان میں زبہ اُسے پہناتا ہے۔ من نہ ہو تو نہ تو علم حاصل ہو سکے نہ حال شدہ علم حافظے میں قائم رہے نہ کسی قسم کا فائدہ دے سکے۔ تمہارے تجربے میں بھی روز تر آنا دیتا ہے کہ پاس آواز نہ ہوتی اور تم نے نہیں سنی۔ یا پاس سے کوئی گزرا اور تم نے اسے نہیں دیکھا۔ یہاں اندیاں تو برابر کام کرنی رہی ہیں۔ کان علم آواز کو اندر لایا ہے۔ آنکھ علم رنگ و صورت کو اندر لائی ہے۔ مگر چونکہ اس کہیں اور تھا اور نہ سا کام نہیں کر رہا تھا۔ ان باتوں کا علم نہیں نہیں ہوا۔ اسی سے یہ بات پایہ ثبوت کو پہنچتی ہے کہ اندریوں سے علاوہ من کوئی اور تو یا چیز ہے۔ اس کا مفصل بیان تو آگے آئیگا۔ یہاں اتنا خیال رکھو کہ اس من کو ہی لوگ کی اصطلاح میں چٹ کہتے ہیں۔

اب چٹ کی برتیوں کو لیجئے اور دیکھئے کہ وہ کیا چیزیں ہیں۔ برتی کے معنی کیفیت یا حال یا تبدیل ہونے والی صورت کے ہیں۔ پس برتیاں ان مختلف صورتوں کو کہتے ہیں جو من میں ویدم ابطرح پیدا اور غائب ہوتی رہتی ہیں طرح مسکن جھیل کے مانی میں موجیں اٹھیں اور اٹھ اٹھ کر غائب ہو جائیں۔ تم نے دیکھا ہوگا کہ تم خالی بیٹھے ہو یا بوجا اور دھیان میں ہو۔ مگر من ہے کہ ٹکائے نہیں ٹکنا۔ ٹکنا اور نہ گیا اور نہ گیا۔ کبھی گھر میں لگاے عینیں باندھ رہا ہے۔ کبھی کال میں گھوڑے خرید رہا ہے۔ ابھی اس بٹھے پر جاتا ہے، ابھی اُس ریتے پر۔ دہنا پھر کے بیہودہ اور بے مراد خیالات سمند میں لہر دل کی طرح اس میں اٹھنے رہتے ہیں اور کسی طرح روکے نہیں جاتے

اوتھنت سبت

باب اول

ابتدائی مرحلے

پہلی فصل - یوگ کیا ہے

دیا جے میں بتایا گیا ہے کہ یوگ کیا نہیں ہے اور اس کی نسبت کیا غلط فہمیاں پھیلی ہوئی ہیں۔ اس فصل میں ہم یہ بتاتے ہیں کہ یوگ کیا ہے۔ پڑھنے والے ایک بار سمجھ میں آگیا کہ یوگ کیا ہے تو اسے علم کا ستون بھی ہوگا اور غصیل میں محنت و کوشش سے بھی کام لینگا۔ پس صاف صاف طور پر اول یہ سمجھ لینا چاہئے کہ یوگ ہے کیا چیز۔ پھر راہ تحصیل صاف دہوار نظر آئیگی اور اس پر چلنے میں کوئی دقت رونما نہ ہوگی۔ بدھگولان پنجلی اپنے درشن میں یوگ کی تعریف اس طرح کرتے ہیں "یوگس چیت برتی برو دھ" یعنی یوگ چیت کی برتیوں کے روکنے کا نام ہے۔ اس جملے میں دو الفاظ استعمال ہوئے ہیں۔ ایک چیت دوسرے چیت کی برتیاں۔ ان دونوں کی تشریح ضروری ہے۔ ان کی فلسفیانہ تشریح سے سائنسدان یوگ لاہور و بدانت شاستر بھرے پڑے ہیں۔ میں ابھی نہ چیت پر فلسفیانہ بحثیں اٹھانی چاہتا ہوں۔ نہ برتیوں کی توضیح چکمانہ اور ان کی تفہیم و تفہیم دیا چاہتا ہوں۔ یہ دقیق مسئلے کتاب کے آخر میں

نذر

نذر فقیر مہر ہواے ناظرین قبول
یہ برگ سبز تحفہء درویش جانے
میری کتب کنتیہیں ہیں اتنے کے باغ
منزلِ ہجیانِ بہکوی پریش جانے

مصنف

میں ہے اس کتاب کے لکھنے میں دو اہم مد نظر رکھے ہیں۔ یوگ کے فلسفے کو بھی کتبہ جو سناکھیتہ ستریرینی ہے اور عملی پہلو کی بھی توضیح کی ہے جسکا زیادہ تر تعلق دھرم اور اخلاق سے ہے۔ رہا ابھیاس مثلاً ایرانا بام وغیرہ۔ یہ باتیں ایسی ہیں کہ جب تک مشاق حاصل بنانے والا انگریزی کو موجودہ دہہ میں نہ لگے تو اس کے کرنے میں ہمیشہ وقت واقع ہو کر رہتا ہے۔ کتاب میں سے پڑھ کر جو لوگ ابھیاس کرنے لگتے ہیں وہ اکثر نا بد سے کی بجائے نقصان اٹھانا کرتے ہیں اور ایسے امراض کا شکار بن جاتے ہیں جن کا علاج ہونا مشکل ہے۔ خیال پانچ اس حصے کو زیادہ طول نہیں دیا ہے۔ میں خود گیان کو ابھیاس پر ترجیح دینے والے آدمیوں سے ہوں۔ جو یوگ اپنے ذہن میں یہ سمجھے بیٹھے ہیں کہ بھگوان سچیل کے راج یوگ کا تعلق محض ابھیاس سے اسی طرح ہے جس طرح ہٹ یوگ کا ہے وہ سخت غلطی پر ہیں۔ ابھیاس یوگ کا صرف ایک جزو ضعیف ہے۔ یوگ بڑی بھاری شے ہے جس میں ایک چھوٹا سا حصہ ابھیاس کا بھی آجاتا ہے۔ لفظ ابھیاسی درزشوں کا نام یوگ بھی نہیں ہے۔ مجھے یقین ہے کہ یہ کتاب اس غلطی کو بھی دلوں سے دور کر دیگی۔

فلسفے کا حصہ اخلاقی و عملی حصے سے چونکہ زیادہ دقیق ہے اس واسطے اسے آخر میں لیا ہے اور عملی و اخلاقی حصے کو شروع میں فلسفے کی تشریح میں سنجیدہ بحثوں اور عقلی گورکھ و حقائق سے پرہیز کیا ہے۔ شریہ بھگوت گیتا کے فلسفے کی طرح صاف صاف الفاظ میں سناکھیتہ کے مسائل اور یوگ کے اُن مسائل پر اصول صاف طور پر بیان کر دئے ہیں۔ اخلاقی عملیات کو دانستہ تشریح و توضیح کے ساتھ لکھا ہے تاکہ پڑھنے والوں کو معلوم ہو کہ کسی اصول پر عملدرآمد کیونکر ہو کر سکتا ہے۔ کن باتوں کو عمل میں لانا چاہئے اور کیونکر کن سے پرہیز واجب ہے اور کس طرح۔ غرض اس کتاب میں میں نے یہ کوشش کی ہے کہ ہر ایک بات آئینے کی طرح صاف ہو۔ پرانا اس سے متعلق قول نہیں اور پڑھنے والوں کو وہ توفیق عطا کریں گی ان کے بیان کی کتابیں پڑھ کر کسی درجے پر پہنچیں۔

رکھ کر میں نے بگ بگ دشمن کو گمان و حسیان کی کتابوں میں سب سے پہلے لیا تھا اور مع شرح ہدیہ
 ناظرین کیا تھا۔ لیکن سو تر مختصر ہوتے ہیں اور چونکہ تشریح سو تر و کئی تالیف ہوتی ہے
 اس واسطے اسے بھی زیادہ طوالت دینی مناسب نہیں معلوم ہوا کہ کرنی۔ انہیں خیالات سے
 میں نے بگ بگ دشمن شائع کر کے یہ ارادہ کیا تھا کہ انہیں مضامین پر کافی تشریح و بسط کے ساتھ
 و یکسب اور عام فہم مضامین سا دھوئیں دینے شروع کروں جن میں شریعی مواد و نظم بھی۔ صاحب
 کار آمد باتیں عام الفہم پیرائے میں دی جائیں تاکہ سب انہیں شوق سے پڑھیں اور بگ بگ کے فیض سے
 جکا دو سہ نام شانتی ہے ناندو اٹھائیں ۔

لوگ کی نسبت لوگوں میں عجیب و غریب غلط فہمیاں پھیلی ہوئی ہیں۔ بعض سمجھ
 رہے ہیں کہ بگ بگ کا تعلق محض عمل یا اتھاس سے ہے اور علم و فلسفے سے اسے سروکار
 ہی نہیں ہے بعض کہتے ہیں کہ بگ بگ وہ عمل ہے جس کے جاننے والے اب سے نہیں ہیں۔
 بعض کا نول ہے کہ بگ بگ کے زمانے میں ایسے منبرک سنا سنریر عمل ہو گیا نہ کر سکتا ہے۔
 یہ غلط فہمیاں اس وجہ سے پھیل رہی ہیں کہ بگ بگ اس دیکھیا اور کارآمد شاستر کو بڑھتے ہوئے
 ہیں اور خیالات پل کے گھوڑے دوڑاتے ہیں۔ بگ بگ اخلاق کا سدھارنے والا
 تو اے نفس کا ترقی دینے والا۔ شانتی کی راہ چلانے والا۔ مدوحا بت کا رستہ دکھانے والا اور
 مکتس مارگ پر پہنچانے والا شاستر ہے جنہوں نے ٹرھا ہے وہ اسکی غلط اور فساد کے
 ولادہ ہیں جنہوں نے نہیں پڑھا انہیں شوق دلانے کے واسطے میں نے یہ کتاب لکھی شروع
 کی ہے۔ اسے غور سے پڑھو تو تمہیں معلوم ہوگا کہ بگ بگ کوئی عجیب و غریب عمل نہیں ہے جسکا
 سب ملک میں تو پرچار تھا اور اب کلچاس جا مارا ہے۔ بلکہ یہ وہ دیکھیں بکارآمد شاستر
 ہے جسکا ناندہ ہر جگہ ہر جگہ اور ہر شخص کے واسطے یکساں ہے۔ اسی تیل کی غلط فہمی پہلے شریہ
 بھگوت گیتا کی سب سے پھیلی ہوئی تھی۔ میرا تم کا دھندہ باو ہے کہ اس سرشتی کے زمانے میں وہ
 جاتی تھی ہے اور ہندوستان کی نہ بانہاے مختلفہ میں گیتا کا ترجمہ تشریح ہو کر یہ منبرک کتاب لکھ کر ملے گی۔

لائق ہوگی اور جو پڑھیں گے وہ شامی کے رسنے پر جینے کے لائق ہوں گے۔ ہاں ارادہ انسان کرتا ہے اور اس کی تکمیل بشور کے ہاتھ سے جو استریائی سوپ سے ہر ایک کے قلب میں جاگزیں ہو کر اعمال نیک کی تحریک دیتے ہیں اور جو کچھ کرنا چاہتے ہیں کر لیتے ہیں۔ استریائی مہیوہی کو بھگوان شجی اپنے سونروں میں یوگ لیاۃ اور قہر کا گورو بناتے ہیں۔ وہی تجھ پر کادیلہ یازدیر بنا کر کام لے رہے ہیں۔

”بارہ گنت ام و بار و گرے گویم
کہ سن ل شندہ میں نہ بخورے یویم
در پس آئینہ طوطی صفت داشتہ اند
انچہ استاد ازل گفت جلوے گویم“

پر ماتا کا دھندہ باد ہے کہ آج یہ ارادہ پورا ہوتا ہے۔ یوگ شاستر ایک نہایت ہی بکار آمد شاستر ہے۔ اس میں شک نہیں کہ بھگوان شجی ساکشی شاستر کے ماننے والے ہیں۔ لیکن یہ پارسا شاستر صرف سادھیوں کے لئے ہی نہیں ہے۔ بلکہ گھر کی راہ چلنے والوں، بھگتوں اور گیارہویوں کے واسطے بھی ویسا ہی مفید ثابت ہوتا ہے جیسا ابھیامیوں اور علی یوگیوں کے لئے ہے۔ اخلاق اور دھرم کے لحاظ سے اسکی تعلیم اعلیٰ درجے کی ہے۔ اس میں علم بھی ہے اور عمل بھی۔ گیان بھی ہے اور ابھاس یا ریاضت بھی۔ فلسفہ بھی دیا گیا ہے اور اسکو عمل میں لانے اور زندہ گی کا دستور العمل بنانے کی تجاویز بھی بتائی گئی ہیں۔ عرض یوگ شامی کی راہ پر چلانے والا شاستر ہے۔ اور اسکی تعلیم ایسی دل لگنے والی ہے کہ تعریف نہیں ہو سکتی۔ اس کا اثر اور ہر عزیز شاستر کی تعریفیں یہ کہنا کافی ہے کہ اس پر بھگوان داس نے بجا شاستر ماسنج لکھی ہے۔ حالانکہ بھگوان داس خود شاستر کا نہیں۔

۱۹۱۲ء میں جب رسالہ سادھو لاہور سے دہلی میں منتقل ہوا تو انہیں غریبوں کو نظر میں

فہرست

فقیر مہرجون ۱۹۱۳ء کے سادھو میں بھگوان تیغلی کا یوگ درشن مع عام فہم شرح بہ ناظرین کر چکا ہے۔ اس کے دہا جے میں بہ لکھا تھا۔ میں اس مختصر دیباچے میں نہ یوگ کے فلسفے پر بحث چھڑانی چاہتا ہوں۔ نہ یوگ درشن کا خلاصہ دینا چاہتا ہوں۔ وجہ یہ ہے کہ یوگ کے اصولوں کی توضیح اور اس کے فلسفے کی تشریح پر ایک ایسی ہی صاف اور عام فہم کتاب لکھنے کا ارادہ کرتا ہوں جیسی فلسفہ شریک بھگوت گیتا پر لکھی ہے۔ دونوں کے کچھ مضامین رسالہ سادھو میں نکل چکے ہیں۔ ایشور نے چاہا تو باقی آئندہ نکلنے رہیں گے اور ہدیہ ناظرین ہونگے۔ باکتاب کی صورت میں نمودار ہونگے۔ اور ظہور کے پاس پہنچینگے۔

ان میں سے فلسفہ گیتا شائع ہو چکا ہے۔ اور سچے تین سال کے سادھو کے مختلف نمبروں میں یوگ کے متعلق نکل بارہ مضامین دستے جائیکے ہیں۔ نومبر ۱۹۱۴ء کے سادھو میں میں نے یہ لکھا تھا۔ اس سلسلے کے دس مضامین آج تک سادھو میں نکل چکے ہیں اور مجھے خوشی ہے کہ ناظرین نے انہیں بہت پسند کیا ہے۔ تقریباً دس پندرہ اور باقی ہیں سوچ یہ رہا ہوں کہ بہت کر کے انہیں بھی تحریر کروں اور تمام مضامین ایک رسالے کی صورت میں نکال دوں۔ یہ کتاب بار بار پڑھنے اور غور و فکر کے

اومنت سست
وقت گزراں ہرگز جاتا ہے۔ انسان آتا ہر لمحے مہ جاتا ہے
ہے زندہ جاوید ہی نیک انجام۔ جوان کچھ کام بھی کرتا ہے
یوگ شاستر کی توضیح و تشریح میں
بیضا اور عام فہم مضامین کا سلسلہ

اشٹانک یوگ

معروف بہ
از تصنیفات

منشی سوچ نرائن مہر دہلوی

مطبوعہ سوامی پریس
ہلالہ

فہرست مضامین شاہ شاہ علی گڑھ

تیسری صفحہ
نذر

باب ہفتم پڑنا یا دم کا بیان

۲
۵

باب اول ابتدائی مرحلے

پہلی فصل - پڑنا کی مائیت ۱۴۱

دوسری فصل - پڑنا یا دم کی مائیت ۱۴۲

تیسری فصل - پڑنا یا دم کا طریق ۱۵۶

چوتھی فصل - پڑنا یا دم کا بھل ۱۶

پہلی فصل - یوگ کا ہے ۹

دوسری فصل - اتشاک یوگ کا ہے ۱۷

باب دوم میوں کا بیان

پہلی فصل - اہسا ۱۹

دوسری فصل - ستیہ ۲۷

تیسری فصل - استیہ ۳۳

چوتھی فصل - اہیر یگرہ ۳۹

پانچویں فصل - برہمچریہ ۴۶

باب سوم میوں کا بیان

پہلی فصل - سادھی ۱۸۰

دوسری فصل - سم بھم کی مائیت ۱۸۳

تیسری فصل - سم بھم کے مشق سداھاں ۱۸۷

باب چہم سادھی کا بیان

پہلی فصل - جیت اور اس کی برتیاں ۲۰۲

دوسری فصل - برتیاں کے روکنے کا طریق ۲۰۸

تیسری فصل - سادھی کے سادھن ۲۱۱

چوتھی فصل - سادھی کی قسمیں ۲۲۶

پانچویں فصل - پرکبب اور اس کا علاج ۲۳۲

چھٹی فصل - کلپش اور اس کا علاج ۲۳۹

ساتویں فصل - گرم اور اس کا علاج ۲۴۷

باب ہفتم سادھی کا بیان

پہلی فصل - سادھی کی مائیت ۱۰۷

دوسری فصل - سادھی کی غرض ۱۰۷

تیسری فصل - سادھی کی مائیت ۱۱۳

چوتھی فصل - سادھی کی مائیت ۱۱۹

پانچویں فصل - سادھی کی مائیت ۱۲۹

دوسری فصل - سادھی کی مائیت ۱۳۳

تیسری فصل - سادھی کی مائیت ۱۳۷

باب دہم سادھی کا بیان

پہلی فصل - سادھی کی مائیت ۲۵۰

دوسری فصل - سادھی کی مائیت ۲۵۲

تیسری فصل - سادھی کی مائیت ۲۵۹

